

Утверждаю

Заведующий
МДОУ № 23 "Ромашка" \1
Иуварова Ю.В./



МЕНЮ
14 августа 2024 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010		КАША "ЗДОРОВЬЕ" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,3	5,9	15,4	132	0,4
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	14,9	114	0,7
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	4,9	14,9	111	0
Итого			366	10,5	15	45,2	357	1,1
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	150	0,2	0,1	13,3	55	0
Итого			150	0,2	0,1	13,3	55	0
Обед								
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/9	3,3	4,8	7,3	86	4,8
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	55	11,4	12,2	0,7	158	0
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	3,2	26,4	151	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	30	0,3	1,4	1,5	19	0,2
2008	411	КИСЕЛЬ	150			16,2	65	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			544	21,6	22,1	67,4	556	5,2
Полдник уплотненный								
2008	248	ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ	60	9,8	3,5	4,6	89	0,3
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,5	4,5	13,9	106	6,4
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1		6,7	28	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	30	2,2	0,6	14,8	73	0
Итого			350	14,6	8,6	40	296	7,3
Всего				46,9	45,8	165,9	1264	13,6

Утверждаю



Заведующий

МДОУ № 23 "Ромашка" \1

Гуварова Ю.В./

МЕНЮ

14 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010		КАША "ЗДОРОВЬЕ" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	6	7,9	21,2	180	0,6
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,4	4,7	17,2	129	0,8
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	6,4	19,9	148	0
Итого			453	13,4	19	58,3	457	1,4
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	200	0,3	0,1	19,3	80	0
Итого			200	0,3	0,1	19,3	80	0
Обед								
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/11	4,5	5,9	10,7	115	6,8
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	75	15,7	16,7	0,9	217	0
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	3,8	31,2	178	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ	50	0,5	2,2	2,5	31	0,5
2008	411	КИСЕЛЬ	200			22,4	90	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			716	28,8	29,2	86,9	727	7,5
Полдник уплотненный								
2008	248	ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ	75	12,4	4,4	5,9	112	0,4
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	130	3	5,4	16,3	125	7,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	40	2,9	0,8	19,8	97	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1		10,1	42	0,8
Итого			445	18,4	10,6	52,1	376	8,7
Всего				60,9	58,9	216,6	1640	17,6