Утверждаю

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

МЕНЮ

16 августа 2024 г.

Ясли 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	37	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	155	3,8	5,3	21,2	148	0,4
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,3	14,1	112	0,7
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	4,9	14,9	111	0
Итого			**371**	**10,1**	**14,5**	**50,2**	**371**	**1,1**
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5	150	3,8	3,6	15,3	112	0,5
Итого			**150**	**3,8**	**3,6**	**15,3**	**112**	**0,5**
Обед								
2008	83	ЩИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,4	4,3	4,4	71	8,2
2005	608	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50	8,2	8,7	8	142	0,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,5	3,6	14,4	101	6,8
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	9	38	26
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,5	15,3	77	0
Итого			**508**	**16,8**	**17,2**	**51,1**	**429**	**41,2**
Полдник уплотненный								
2012	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	13,5	15,6	2	203	0,4
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	30	2,2	0,6	14,8	73	0
Итого			**300**	**15,8**	**16,2**	**24,2**	**306**	**0,4**
Всего				**46,5**	**51,5**	**140,8**	**1218**	**43,2**

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 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	37	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	5,1	6,9	27,8	195	0,5
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,5	4,8	16,7	129	0,8
2005	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3	6,4	19,9	148	0
Итого			**453**	**12,6**	**18,1**	**64,4**	**472**	**1,3**
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5	170	4,5	4,2	17,8	130	0,6
Итого			**170**	**4,5**	**4,2**	**17,8**	**130**	**0,6**
Обед								
2008	83	ЩИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	4,5	5,8	5,9	94	10,7
2005	608	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	75	12,1	12,7	11,8	209	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,1	4,5	18,4	128	8,6
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	13	55	39,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,6	19,2	96	0
Итого			**675**	**23,1**	**23,7**	**68,3**	**582**	**58,8**
Полдник уплотненный								
2012	215	ОМЛЕТ С СЫРОМ	120	13,5	16,3	2	210	0,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ УЛУЧШЕННЫЙ	40	2,9	0,8	19,8	97	0
Итого			**360**	**16,5**	**17,1**	**31,7**	**347**	**0,4**
Всего				**56,7**	**63,1**	**182,2**	**1531**	**61,1**