

Утверждаю



Заведующий
МДОУ №23 "Ромашка"
Лаврова Ю.В./

МЕНЮ

22 января 2025 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								
		КАША "ЗДОРОВЬЕ" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,6	6,3	17,4	146	0,4
		КАША "ЗДОРОВЬЕ" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,4	3,9	20,7	127	0
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,7	4	13,3	105	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		8	32	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	29/6	2,1	5,5	14,3	114	0
Итого			365	10,4	15,8	45	365	1,1
II Завтрак								
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150			6,9	28	0
		СНЕЖОК 2,5%	153					0
Итого			303			6,9	28	0
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/9	3,2	5,2	7,6	95	5
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	50	9,4	11,1	1	141	0,3
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	3,7	26	154	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	30	0,2	1,2	2,1	20	0,2
2008	411	КИСЕЛЬ	150			16,1	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			536	19,5	21,6	72	558	5,5
Уплотненный полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/25	3,2	4,9	26,7	166	0,1
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МЯСОМ (аллергики)	150	14,5	16,7	34,3	344	0
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008		ГРУША	93	0,4	0,3	9,6	44	4,7
2008		ПЕЧЕНЬЕ	9	0,7	0,8	6,4	36	0
Итого			547	18,9	22,7	77,1	591	4,8
Всего				48,8	60,1	201	1542	11,4

Утверждаю



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

МЕНЮ

22 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
		КАША "ЗДОРОВЬЕ" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	210	5,9	8,4	28	213	0,6
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,7	4	14,2	109	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	39/10	2,9	8,9	19,1	166	0
Итого			459	12,5	21,3	61,3	488	1,3
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	183					0
Итого			183					0
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/11	4,4	6,8	10,9	128	6,7
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	4,6	30,7	184	0
2008	289	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	70	13,2	15,5	1,4	197	0,5
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	60	0,7	2,3	8,2	56	1,2
2008	411	КИСЕЛЬ	200			20,8	83	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,3	0,5	24	105	0
Итого			717	26,5	29,7	96	753	8,4
Уплотненный полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	3,9	6	33	203	0,1
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
2008		ГРУША	93	0,4	0,3	9,6	44	4,7
2008		ПЕЧЕНЬЕ	9	0,7	0,8	6,4	36	0
Итого			482	5,1	7,1	49,2	284	4,8
Всего				44,1	58,1	206,5	1525	14,5