



МЕНЮ

29 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,3	8,2	23,3	193	0,6
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	6	5,5	32,4	203	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4	4,3	13,8	110	0,7
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	36/6/10	4,9	8,4	17,9	168	0,1
Итого			452	15,2	20,9	55	471	1,4
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		10	42	1,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
Итого			200	0,1		10	42	1,5
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК ПО- ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	4,6	5,8	11,8	123	5,2
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	70	10	17,6	4,8	217	0,7
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,2	6,4	11,2	117	30
2008	411	КИСЕЛЬ	200			21,4	85	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,3	0,5	24	105	0
Итого			668	21,1	30,3	73,2	647	35,9
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160/30	5,5	8,6	37,6	254	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
Итого			420	7,6	9,5	63,4	372	0,2
Всего				44	60,7	201,6	1532	39

Утверждаю

Заведующий

МДОУ №23 "Ромашка"

Гуварова Ю.В./

**МЕНЮ**

29 января 2025 г.

ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6	17	141	0,4
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	5	9,4	26,1	208	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,9	4,2	12,9	106	0,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150			6,9	28	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	27/10/6	3,4	10,3	13,6	161	0,1
Итого			373	11,8	20,5	43,5	408	1,1
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		7,5	31	1,1
Итого			150	0,1		7,5	31	1,1
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,7	4,7	8,9	98	3,8
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	50	7,2	12,4	3,3	154	0,5
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,5	5,7	8,5	97	23,4
2008	411	КИСЕЛЬ	150			16,7	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			506	16	23,2	56,6	500	27,7
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/25	4,5	7	31,9	216	0,2
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МЯСОМ	110/30	10,8	5,4	34,9	231	0
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
Итого			485	17,4	13,3	92,5	565	0,2
Всего				45,3	57	200,1	1504	30,1