



## МЕНЮ

23 июля 2025 г.

### Ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	5,21	4,75	22,76	153,61	0,66
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,88	0,19	21,64	95,79	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,04	2,54	0,05	23,17	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,23	2,57	11,46	81,55	0,48
<b>Итого</b>			<b>358</b>	<b>10,36</b>	<b>10,05</b>	<b>55,91</b>	<b>354,12</b>	<b>1,14</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,71	0,15	14,37	61,17	1,17
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,71</b>	<b>0,15</b>	<b>14,37</b>	<b>61,17</b>	<b>1,17</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	45	0,64	7,18	2,06	75,39	12,80
2012	65	БОРЩ ЗЕЛЕНый	180	2,06	3,56	12,08	88,75	6,49
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	10,71	6,08	11,44	144,82	0,53
2012	133	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	140	3,17	5,90	23,92	161,99	11,16
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,82	0,28	32,44	143,59	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,56	0,21	10,02	48,21	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	15,96	66,14	1,23
<b>Итого</b>			<b>633</b>	<b>21,08</b>	<b>23,33</b>	<b>107,92</b>	<b>728,89</b>	<b>32,21</b>
<b>Полдник</b>								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	95	14,65	10,64	22,60	247,25	0,14
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,12	2,50	16,51	94,35	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,20	0,00	5,30	21,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>275</b>	<b>16,97</b>	<b>13,14</b>	<b>44,41</b>	<b>363,40</b>	<b>0,14</b>
<b>Всего</b>				<b>49,12</b>	<b>46,67</b>	<b>222,61</b>	<b>1 507,58</b>	<b>34,66</b>

медсестра \_\_\_\_\_



Утверждаю

заведующий

МБДОУ ДС №23 "Ласточка"

(Ванюнина Е.А./

# МЕНЮ

23 июля 2025 г.

## Сад

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		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	5,78	5,27	25,28	170,65	0,73
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,36	0,23	27,03	119,69	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,06	4,21	0,08	38,47	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,87	3,09	13,75	97,80	0,57
<b>Итого</b>			<b>413</b>	<b>12,07</b>	<b>12,80</b>	<b>66,14</b>	<b>426,61</b>	<b>1,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,71	0,15	14,37	61,17	1,17
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,71</b>	<b>0,15</b>	<b>14,37</b>	<b>61,17</b>	<b>1,17</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,85	9,57	2,75	100,41	17,05
2012	65	БОРЩ ЗЕЛЕНый	180	2,05	3,57	12,11	88,89	6,47
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	15,75	8,93	16,75	212,44	0,77
2012	133	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	175	3,96	7,34	29,92	202,15	13,95
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,76	0,38	43,25	191,48	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,35	0,31	15,04	72,35	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,15	19,10	79,17	1,48
<b>Итого</b>			<b>755</b>	<b>28,87</b>	<b>30,25</b>	<b>138,92</b>	<b>946,89</b>	<b>39,72</b>
<b>Полдник</b>								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	120	19,12	13,90	29,36	322,20	0,18
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,12	2,50	16,51	94,35	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,24	0,00	6,36	26,16	0,00
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>21,48</b>	<b>16,40</b>	<b>52,23</b>	<b>442,71</b>	<b>0,18</b>
<b>Всего</b>				<b>63,13</b>	<b>59,60</b>	<b>271,66</b>	<b>1 877,38</b>	<b>42,37</b>

медсестра \_\_\_\_\_

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 283794527629869324954276015987693411863249112288

Владелец Ванюнина Елена Анатольевна

Действителен с 11.03.2026 по 11.03.2027