

Утверждаю

Заредующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"
/Махалова Т.В./



МЕНЮ

4 декабря 2023 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,7	5	16,3	126	0,4
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			365	6,2	9,4	40,9	274	0,4
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,6	3	5,6	53	1,9
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,6	2,1	12,1	95	4,5
2012	53	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/30	12,8	12,6	15,4	226	1,4
2010	68.1	КОМПОТ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	150	0,1	0,1	1,1	8	1,7
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	39	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			559	22,6	18,2	50,7	462	9,5
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	154	4,2	3,9	16,6	122	1,4
2010	557	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	90	5,2	6,5	39,7	238	0,2
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,4	3,5	14	102	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	91	9,5
Итого			519	16,6	14,7	105	624	11,7
Всего				46,4	42,5	216,8	1446	25,6

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"
/Махалова Т.В./

МЕНЮ

4 декабря 2023 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								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		6,2	0,1	56	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,3	6,2	20	154	0,5
2008	189	КАША МАННАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2	4,2	18,6	120	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,4	38	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,5	94	0
Итого			407	7,6	12,8	49	342	0,5
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,7	3	5,3	52	2,1
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,5	1,6	11,8	89	4,5
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	180	4,3	5,7	14,5	126	4,8
2012	53	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	160/50	18,1	17,4	21,6	315	1,7
2010	68.1	КОМПОТ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180	0,2	0,1	1,3	9	2,1
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	49	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			669	28,7	22,7	60,7	566	10,4
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	185	5	4,6	20	146	1,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2010	557	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	110	6	7,3	47,7	279	0,2
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15,2	115	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,5	94	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			615	19,6	17	123,4	730	12,6
Всего				56,9	52,7	253,3	1724	27,5

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.