

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептов | № 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 |
| 2010 | 35 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 3,8 | 6 | 16,7 | 137 | 0,4 |
| 2010 | 78 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 4,4 | 4,6 | 15,2 | 121 | 0,7 |
| 2008 | 1 | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА" | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71 | 0 |
| Итого | | | 365 | 10,6 | 15 | 46,6 | 366 | 1,1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 67 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 4 |
| Итого | | | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 7.1 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.) | 37 | 0,4 | 0,1 | 1,4 | 9 | 9,3 |
| 2012 | 18 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ), КУРОЙ | 180 | 6,6 | 5,9 | 15 | 141 | 4 |
| 2012 | 56 | ПТИЦА, ТУШЁНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 60 | 6,6 | 6,4 | 3,5 | 100 | 0,9 |
| 2010 | 40 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 120 | 4,4 | 3,1 | 27,9 | 158 | 0 |
| 2008 | 76 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,6 | | 13,9 | 59 | 0,2 |
| 2008 | 2 | ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | 39 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 80 | 0 |
| Итого | | | 586 | 21,1 | 15,9 | 78,2 | 547 | 14,4 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 77 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 152 | 4,3 | 4,8 | 7 | 89 | 0,8 |
| 2008 | 47 | СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА" | 50 | 7,6 | 6,6 | 4,9 | 108 | 0,4 |
| 2012 | 25 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 120 | 2,6 | 4,4 | 14,7 | 110 | 6,5 |
| 1994 | 75 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 | | 8,4 | 35 | 0,7 |
| 2008 | 1 | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА" | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,7 | 71 | 0 |
| 2008 | 61 | ФРУКТЫ | 95 | 0,4 | 0,4 | 9,3 | 45 | 9,5 |
| Итого | | | 627 | 17,4 | 16,5 | 59 | 458 | 17,9 |
| Всего | | | | 50,1 | 47,6 | 204 | 1457 | 37,4 |

Медицинская сестра

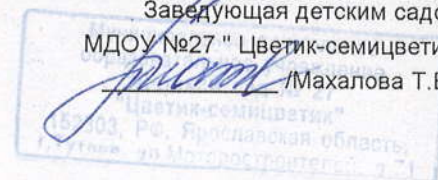
Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ

6 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 |
| 2010 | 35 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 180 | 4,6 | 7,8 | 19,3 | 167 | 0,5 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) | 180 | 2,2 | 4,3 | 17,9 | 119 | 0 |
| 2010 | 78 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 4,4 | 4,6 | 14,7 | 119 | 0,7 |
| 2010 | 66 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0,1 | | 9,9 | 40 | 0 |
| 2008 | 1 | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА" | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,4 | 94 | 0 |
| Итого | | | 407 | 12,2 | 19 | 53,5 | 436 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 67 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 4 |
| Итого | | | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 7.1 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.) | 38 | 0,4 | 0,1 | 1,4 | 9 | 9,4 |
| 2012 | 18 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ | 180 | 6,4 | 6 | 13,9 | 137 | 3,5 |
| 2012 | 56 | ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 80 | 8,4 | 8,5 | 4 | 128 | 1,3 |
| 2010 | 40 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,4 | 4,1 | 34,6 | 197 | 0 |
| 2008 | 76 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,7 | | 15,1 | 64 | 0,2 |
| 2008 | 2 | ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | 48 | 3,2 | 0,6 | 20,7 | 101 | 0 |
| Итого | | | 676 | 24,5 | 19,3 | 89,7 | 636 | 14,4 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 77 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 183 | 5,1 | 5,7 | 8,3 | 106 | 1 |
| 2010 | 66 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0,1 | | 9,9 | 40 | 0 |
| 2008 | 47 | СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА" | 60 | 9,3 | 7,8 | 5,4 | 128 | 0,5 |
| 2008 | 307 | ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики) | 50 | 11,7 | 3 | 0,3 | 75 | 7,44 |
| 2012 | 25 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 150 | 3,1 | 5,3 | 18,4 | 135 | 8,1 |
| 2012 | 322 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики) | 150 | 2,3 | 4,4 | 17,1 | 118 | 8 |
| 1994 | 75 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180 | 0,1 | | 8,4 | 35 | 0,7 |
| 2010 | 66 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0,1 | | 9,9 | 40 | 0 |
| 2008 | 1 | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА" | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,4 | 94 | 0 |
| 2008 | 61 | ФРУКТЫ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |
| Итого | | | 713 | 21,2 | 19,6 | 69,7 | 545 | 20,3 |
| Всего | | | | 58,9 | 58,1 | 233,1 | 1703 | 39,9 |

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.