

Утверждаю

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

# МЕНЮ

7 декабря 2023 г.

## Ясли 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,6	2,1		26	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,1	7,1	15,6	144	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,8	4,1	15,3	114	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	35	2,8	0,4	17,4	84	0
Итого			372	12,3	13,7	48,3	368	1,1
<b>II Завтрак</b>								
2010	68.2	КОМПОТ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	150	0,1		0,8	6	1,3
Итого			150	0,1		0,8	6	1,3
<b>Обед</b>								
2008	8	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,1	1,9	4,6	42	19,1
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4	6,5	6,8	108	7,6
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	11	7,1	4,9	127	0,6
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,3	4,6	19,8	134	9,4
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	15,3	74	68
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	37	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			627	22,4	20,7	67,9	565	104,7
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	143	3,9	3,6	15,4	113	1,3
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9	12,1	2,5	155	0,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8,2	33	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	24	1,9	0,2	11,6	56	0
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			512	15,3	16,3	47	402	11
Всего				50,1	50,7	164	1341	118,1

Медицинская сестра



Волкова И.В.

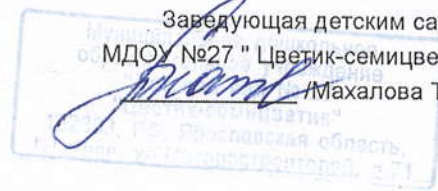
Шеф-повар



Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
7 декабря 2023 г.

**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,9	8,1	18,6	168	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧН. (аллергики)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,8	4,1	15,1	114	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	48	3,8	0,5	23,4	113	0
<b>Итого</b>			<b>418</b>	<b>14,8</b>	<b>15,7</b>	<b>57,1</b>	<b>432</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2010	68.2	КОМПОТ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	180	0,1		0,9	7	1,5
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,1</b>		<b>0,9</b>	<b>7</b>	<b>1,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	8	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,1	2,2	4,4	43	19
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4	6,7	6,9	109	7,8
2010	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА М/К БУЛЬОНЕ (аллергики)	180	4,1	6,3	7,7	106	7,9
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	15,1	8,7	6,7	165	0,9
2010	52	ПОДЛИВА ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	40/40	12,5	15,4	1,3	193	1,1
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4,1	5,9	24,7	169	11,7
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	150	2,4	4,5	19,9	130	10,1
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	16,4	81	77,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	46	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>716</b>	<b>28,1</b>	<b>24,3</b>	<b>79,8</b>	<b>668</b>	<b>116,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	171	4,6	4,3	18,4	135	1,5
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	10,4	13,7	2,8	177	0,3
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	160/20	15,7	10,1	55,4	375	0,3
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,4	34	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,2	74	0
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>602</b>	<b>18</b>	<b>18,7</b>	<b>54,6</b>	<b>467</b>	<b>11,8</b>
<b>Всего</b>			<b>61</b>	<b>58,7</b>	<b>192,4</b>	<b>1574</b>	<b>131,1</b>	

Медицинская сестра  Волкова И.В.

Шеф-повар  Ваганова Ю.А.