

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 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	27	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	6,4	16,8	142	0,5
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	29	2,3	0,3	14,2	69	0
Итого			364	6,6	10,8	39,9	284	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								
2012	5	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	3	2,4	41	1,5
2010	19.1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МК БУЛЬОНЕ	180	3,7	3,1	8,8	78	6,6
2012	49	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60/25	6,1	9,9	6,8	140	0,9
2010	33	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,8	3,6	29,9	163	0
2010	68.1	КОМПОТ ФЛОВОДО -ЯГОДНЫЙ	150	0,1	0,1	1	8	1,6
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	36					0
Итого			611	13,9	19,7	48,9	430	10,6
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	140	3,8	3,5	15,1	111	1,3
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5,6	34,9	211	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,5	3,7	13,7	103	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	23	1,8	0,2	11,3	55	0
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	91	9,5
Итого			598	20,8	18	95,3	632	11,4
Всего				42,3	48,7	204,3	1432	26,5

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 декабря 2023 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								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,3	0,1	58	0
2008	27	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,9	8	19,9	172	0,6
2010	27	КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,9	4,3	17,4	116	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
2010	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	38	3	0,4	18,6	90	0
Итого			406	8	14,7	47,5	356	0,6
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2012	5	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОВОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,4	3,6	2,9	49	1,9
2010	19.1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МК БУЛЬОНЕ	180	3,7	3,9	8,8	85	6,5
2012	49	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80/50	11,3	17,4	12,5	252	1,4
2010	33	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,5	5	37	207	0
2010	68.1	КОМПОТ ПЛОДОВО -ЯГОДНЫЙ	180	0,2	0,1	1,2	9	1,9
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	46	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			736	23,3	30,6	83,1	703	11,7
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	168	4,5	4,2	18,2	133	1,5
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (аллергики)	19	4,6	5,9		72	0
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	7	42	257	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4,4	15,6	120	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,2	0,3	13,6	66	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			696	23,7	20,9	110,7	733	12,2
Всего				56	66,4	261,5	1878	28,5

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.