

Утверждаю

Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"
Махалова Т.В.
152303, Р.С. Челябинская область,
г. Тутаев, ул. Матвеевская, д. 27

МЕНЮ

14 декабря 2023 г.

Ясли 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	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	6,2	17	140	0,4
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,2	4,4	14,8	118	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	33	2,7	0,3	16,4	79	0
Итого			363	13,1	13,9	48,2	374	1,1
II Завтрак								
2010	68.1	КОМПОТ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150	0,1		0,9	7	1,4
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			245	0,5	0,4	10,2	52	10,9
Обед								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	42	0,5	0,1	1,6	10	10,4
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,3	5,5	10,1	108	5,9
2012	46	РЫБА, ТУШЁНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	40	9,5	5,7	5	110	1,6
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,2	4,2	19,5	129	9,3
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,9	73	68,4
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	40					0
Итого			572	18	15,7	51,1	430	95,6
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	158	4,3	3,9	17	125	1,4
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,6	1	2,4	24	0,6
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,3	9,5	16,7	198	13,5
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15,2	75	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,5	3,7	13,6	103	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	33	2,7	0,3	16,4	79	0
Итого			511	23,4	19,5	81,3	604	16,1
Всего				55	49,5	190,8	1460	123,7

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом

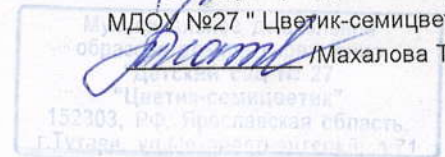
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

Махалова Т.В./

МЕНЮ

14 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		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	7,7	19,5	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	4,5	14,7	119	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180			9,7	39	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	44	3,5	0,4	21,5	104	0
Итого			419	16,1	17,1	55,7	445	1,2
II Завтрак								
2010	68.1	КОМПОТ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	1	8	1,7
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			280	0,5	0,5	10,8	55	11,7
Обед								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	42	0,5	0,1	1,6	10	10,5
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,2	6,3	9,6	111	5,9
2012	46	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	60	13,3	7,7	6,5	149	2,1
2010	52	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	40/40	13	15,5	4,7	209	1,1
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4	5,4	24,3	162	11,5
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	150	2,4	4,5	19,4	128	9,8
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	17,3	85	78,9
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	50	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			662	25,8	20,4	80	618	108,9
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	190	5,1	4,7	20,5	150	1,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180			9,7	39	0
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	1,1	1,8	4,4	43	1
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	13,2	11,2	18,8	229	15,7
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,7	112	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,2	4,5	16,6	124	0,8
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180			9,7	39	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	44	3,5	0,4	21,5	104	0
Итого			634	28,6	24,3	104,5	762	19,2
Всего				71	62,3	251	1880	141

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.