

Утверждаю

Муниципальное дошкольное
 учреждение "Зародушная цветким садом"
 МДОУ №27 "Цветик-семицветик"
 /Махалова Т.В./

МЕНЮ

18 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,5		41	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	5,1	18,1	136	0,5
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,2	74	0
Итого			366	6,7	9,9	42,3	287	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	40	0,6	2,7	5,3	49	1,8
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	7	1,9	11,8	93	4,4
2012	53	"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/30	13	13,2	15,8	234	1,3
2010	68.1	КОМПОТ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150	0,1	0,1	1,1	8	1,7
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	38	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			558	23,2	18,3	50,5	464	9,2
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	150	4,1	3,8	16,2	119	1,4
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7,9	10,2	1,5	129	0,1
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,5	111	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,2	3,5	13,6	99	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,2	74	0
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	92	9,5
Итого			536	20,6	20	89	624	11,6
Всего				51,5	48,4	202	1461	25,3

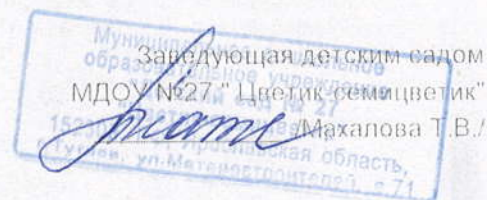
Медицинская сестра _____

Волкова И.В.

Шеф-повар _____

Ваганова Ю.А.

Утверждаю



МЕНЮ

18 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,9	0,1	54	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,9	6,6	21,1	164	0,6
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 ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	42	3,3	0,4	20,4	99	0
Итого			409	8,3	12,9	51	355	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								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,7	3,8	5,2	59	2,1
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,8	2	11,7	93	4,4
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	180	4	5,4	14,5	123	4,8
2012	53	"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ	160/50	18,2	18,6	22	328	1,5
2010	68.1	КОМПОТ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180	0,2	0,1	1,2	9	2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			668	29,1	25,1	60,8	590	10
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	180	4,9	4,5	19,5	142	1,6
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,1	13,3	1,9	168	0,2
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	180	9,1	8	34,2	245	0
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	2,5	2,8	37,5	185	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15,6	117	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	42	3,3	0,4	20,4	99	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			652	26,2	25,7	115,9	807	12,5
Всего				64,6	63,9	247,9	1838	27,1

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.