

Утверждаю

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

"Цветик-семицветик"  
152303, РФ, Ярославская область,  
г.Тутаев, ул.Моторостроителей

# МЕНЮ

20 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	6,6	14,4	131	0,4
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,4	4,6	14,9	119	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	27	2,2	0,3	13,3	64	0
<b>Итого</b>			<b>352</b>	<b>10,2</b>	<b>15,6</b>	<b>42,6</b>	<b>351</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	37	0,4	0,1	1,4	9	9,2
2012	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ), КУРОЙ	180	8	6,9	17,1	163	3,8
2012	56	ПТИЦА, ТУШЁНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	60	7	6,9	2,6	101	0,8
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4	2,9	25,3	143	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,6		13,2	56	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	38	2,5	0,4	16,5	80	0
<b>Итого</b>			<b>585</b>	<b>22,5</b>	<b>17,2</b>	<b>76,1</b>	<b>552</b>	<b>14</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,2	4,6	6,8	86	0,8
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	50	7,4	6,9	4,9	111	0,4
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,5	4,3	14,3	106	6,2
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,1	34	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	27	2,2	0,3	13,3	64	0
2008	61	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>16,8</b>	<b>16,5</b>	<b>56,7</b>	<b>446</b>	<b>17,6</b>
<b>Всего</b>				<b>50,5</b>	<b>49,5</b>	<b>195,6</b>	<b>1435</b>	<b>36,7</b>

Медицинская сестра *Волкова И.В.*

Волкова И.В.

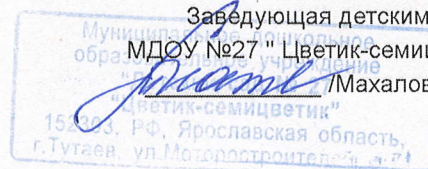
Шеф-повар *Ваганова Ю.А.*

Ваганова Ю.А.



Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
20 декабря 2023 г.

**Сад 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,9	0,1	54	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,2	7,4	17,5	154	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,6	4,2	14,7	103	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,3	4,5	14,8	118	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,5	85	0
<b>Итого</b>			<b>393</b>	<b>11,4</b>	<b>18,2</b>	<b>49,9</b>	<b>411</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	37	0,4	0,1	1,4	9	9,2
2012	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ	180	7,7	6	16	150	3,4
2012	56	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	80	9	9	4,2	136	1,3
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,9	3,9	31,6	182	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,7		15,2	64	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	47	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>674</b>	<b>25,9</b>	<b>19,6</b>	<b>89,1</b>	<b>642</b>	<b>14,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	177	4,9	5,5	8,1	103	0,9
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	60	9,2	7,9	5,5	129	0,4
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ С ОВОЩАМИ (аллергики)	40	9	2,3	0,3	58	5,76
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,1	5	17,9	130	7,9
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		8,2	34	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,5	85	0
2008	61	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>703</b>	<b>20,6</b>	<b>19,2</b>	<b>67</b>	<b>528</b>	<b>19,9</b>
<b>Всего</b>				<b>58,9</b>	<b>57,2</b>	<b>226,2</b>	<b>1667</b>	<b>39,2</b>

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.