

Утверждаю

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

# МЕНЮ

26 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4	6	16	136	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,1	16,1	119	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	27	2,1	0,3	13,1	64	0
<b>Итого</b>			<b>367</b>	<b>12,4</b>	<b>13,4</b>	<b>45,2</b>	<b>356</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150			13	52	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>			<b>13</b>	<b>52</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	4	3	32	15,6
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	180	4,4	5,3	11,8	118	5,3
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	12	12,7	20,5	244	10,2
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			8,1	32	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	34	2,5	0,4	16,5	80	0
<b>Итого</b>			<b>564</b>	<b>19,5</b>	<b>22,4</b>	<b>59,9</b>	<b>506</b>	<b>31,1</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	15,1	74	66
2012	43	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	90/20	3,1	3,9	27,1	155	0,2
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15	74	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	27	2,1	0,3	13,1	64	0
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
<b>Итого</b>			<b>552</b>	<b>7,2</b>	<b>5,9</b>	<b>79,8</b>	<b>413</b>	<b>75,7</b>
<b>Всего</b>				<b>39,1</b>	<b>41,7</b>	<b>197,9</b>	<b>1327</b>	<b>107,9</b>

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

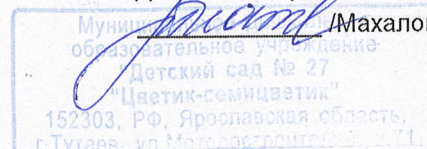
Утверждаю

Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

Махалова Т.В./

**МЕНЮ**  
26 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)	15	3,5	4,5		55	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5	7,8	19,1	167	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	15,8	117	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>411</b>	<b>15,4</b>	<b>16,9</b>	<b>52,4</b>	<b>424</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			15,6	62	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>			<b>15,6</b>	<b>62</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,1	4,1	48	23,4
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,2	5,2	12,2	117	5,5
2010	580	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ (аллергики)	190	4,5	7,4	16,6	150	6
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	15	15,8	25,7	305	12,8
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,9	36	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	43	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>663</b>	<b>23,4</b>	<b>24,7</b>	<b>71,6</b>	<b>607</b>	<b>41,7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,3	70	66
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110/30	4,2	5	37,7	212	0,3
2010	265	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	190	14,8	18,7	38	379	1,4
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,6	111	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,5	85	0
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>636</b>	<b>9,6</b>	<b>7,7</b>	<b>102,1</b>	<b>526</b>	<b>76,3</b>
<b>Всего</b>				<b>48,4</b>	<b>49,3</b>	<b>241,7</b>	<b>1619</b>	<b>119,2</b>

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.