Утверждаю

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

МЕНЮ

20 декабря 2024 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	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,7		43	0
2008	27	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,2	5,9	21,9	158	0,4
2012	79	ЧАИ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	2,8	3	12,9	90	0,5
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	37	3	0,4	18,2	88	0
Итого			**413**	**12,3**	**17**	**53**	**416**	**0,9**
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150			11,9	48	0
2008	63	ФРУКТЫ	101	0,4	0,4	9,9	47	10,1
Итого			**251**	**0,4**	**0,4**	**21,8**	**95**	**10,1**
Обед								
2012	9	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0,6	5,5	4,7	72	1,5
2010	15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	3,8	5,1	8	93	3,9
2010	52	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	30/40	9,3	13,2	1,9	164	0,7
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,3	5,1	28,7	186	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,6		13,9	59	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	49	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			**609**	**23,1**	**29,3**	**73,7**	**654**	**6,3**
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	14,3	69	56,6
2012	38	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	150	2,9	4,6	12,6	105	0,4
2016	560	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	120	8,5	6,6	45,9	275	0
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1		8,6	36	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	37	3	0,4	18,2	88	0
Итого			**607**	**14,9**	**11,8**	**99,6**	**573**	**57,6**
Всего				**50,7**	**58,5**	**248,1**	**1738**	**74,9**

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Повар _____ Челнокова А.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 декабря 2024 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)	10	2,3	3		37	0
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		6	0,1	55	0
2008	27	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4	5,8	20,7	153	0,4
2012	79	ЧАИ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	2,8	3	13,7	94	0,5
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	49	3,9	0,5	23,9	116	0
Итого			**426**	**13**	**18,3**	**58,4**	**455**	**0,9**
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫИ	170			13,4	54	0
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			**270**	**0,4**	**0,4**	**23,2**	**101**	**10**
Обед								
2012	9	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	0,8	5,3	5	73	2
2010	15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	3,7	5,5	7,9	96	3,9
2010	52	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	30/40	9,3	11,9	1,7	150	0,5
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,4	6	33,7	219	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,7		15,6	66	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	61	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			**681**	**25,1**	**29,3**	**84,6**	**705**	**6,6**
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	15,9	76	63,8
2012	38	СУП МОЛОЧНЫИ С КРУПОИ	150	3	4,8	13,9	113	0,4
2008	189	КАША КУКУРУЗНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	170	2,5	8,5	30,5	207	0
2016	560	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	120	8,6	5,9	52	296	0,1
1994	75	ЧАИ С ЛИМОНОМ	180	0,1		9,4	39	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	49	3,9	0,5	23,9	116	0
Итого			**679**	**16,1**	**11,4**	**115,1**	**640**	**65**
Всего				**54,6**	**59,4**	**281,3**	**1901**	**82,5**

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Повар _____ Челнокова А.А.