

Утверждаю

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

"Детский сад № 27

"Цветик-семицветик"

152303, РФ, Иркутская область,
г. Тугур, ул. Мухоморова, д. 27

МЕНЮ
4 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-гическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,1	7,3	16	147	0,4
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧ. "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,5	9,3	21,8	180	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	15,9	118	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			370	12,8	14,8	46,6	373	1,1
II Завтрак								
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Обед								
2008	8	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	2,1	2,8	32	11,26
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	180	4,2	6,1	11,4	122	5,2
2010	580	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ (аллергики)	200	2,1	9,8	21,7	184	6,7
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	11,9	16	20,2	273	10,1
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,6	30	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	40	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			570	19,2	24,6	58,5	537	26,56
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,6	72	66
2012	43	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	3	4,4	26,5	158	0,2
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (аллергики)	160	5,6	8,8	35,5	242	0,5
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			450	6	4,9	55,9	302	66,2
Всего				38,4	44,7	170,3	1257	103,36

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Повар

Челнокова А.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

Махалова Т.В./

МЕНЮ

4 февраля 2025 г.

Сад 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)	15	3,5	4,5		55	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,9	8,5	18,9	173	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧ. "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	15,7	118	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,6	95	0
Итого			415	15,6	17,6	54,2	441	1,2
II Завтрак								
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	8	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	6,1	4,4	48	16,8
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	180	4,2	6,4	11,8	125	5,3
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	15	20,3	25,2	344	12,6
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,6	35	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	50	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			670	23,4	33,4	70,7	653	34,7
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,4	71	66,4
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	4,2	6,2	37,1	221	0,3
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (аллергики)	170	6,6	4,8	41,8	237	0,4
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,6	95	0
Итого			520	8	6,8	71,3	388	66,7
Всего				47,4	58,2	206	1529	112,6

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Повар _____ Челнокова А.А.