

Утверждаю

Муниципальное образовательное учреждение
Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"
152300, г.Тюльган, ул.Молодости, 10
/Махалова Т.В./

МЕНЮ

16 июля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая 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	4,2	6,6	16,4	142	0,4
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,1	15,7	116	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,6	95	0
Итого			380	13,6	14,1	51,7	390	1,1
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150			15,2	61	0
Итого			150			15,2	61	0
Обед								
2008	8	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	2	2,8	32	11,2
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4	3,6	11,6	96	5,6
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	11,2	11,5	21,8	236	11,1
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,5	30	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИЙ"	46	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			576	18,3	17,5	60,2	474	27,9
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	12,5	60	47,4
2012	43	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	3,2	3,2	28,4	154	0,2
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15	74	0
2010	74	ЧАИ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,6	95	0
Итого			480	7,9	4,9	75,6	384	47,6
Всего				39,8	36,5	202,7	1309	76,6

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом

МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

/Махалова Т.В./

МЕНЮ
16 июля 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)	15	3,5	4,5		55	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5	7,5	19,4	167	0,5
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,1	15,4	115	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	54	4,3	0,5	26,4	128	0
Итого			429	16,7	16,6	61,2	465	1,2
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			18,6	75	0
Итого			180			18,6	75	0
Обед								
2008	8	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,1	4,1	48	16,8
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,4	5,2	12,3	120	5,7
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	13,9	13,6	27,8	290	14
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,8	36	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	57	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			677	22,5	22,5	73,7	595	36,5
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	12,3	58	44
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	4,6	4,9	39,9	220	0,3
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,6	111	0
2010	74	ЧАИ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	54	4,3	0,5	26,4	128	0
Итого			564	10,8	7,2	101,4	518	44,3
Всего				50	46,3	254,9	1653	82

Медицинская сестра  Волкова И.В.

Шеф-повар _____ Ваганова Ю.А.