

Утверждаю

Заведующая детским садом

МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

Махалова Т.В./



МЕНЮ

6 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

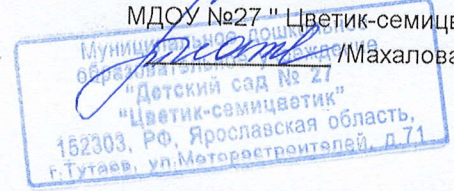
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4	6	17,3	141	0,4
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,6	4,7	15,3	124	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	26	2,1	0,3	12,7	62	0
Итого			361	10,7	15,1	45,3	364	1,1
II Завтрак								
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			8,8	36	0
Итого			150			8,8	36	0
Обед								
2012	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ	180	7,2	4,8	16,9	140	3,9
2012	56	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	60	5,6	5,3	3,1	83	0,9
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,4	3,9	27,9	164	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,4		11,8	49	0,1
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	32	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			542	20,1	14,4	76,2	516	4,9
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,2	4,6	6,8	86	0,8
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	50	6,3	6,5	4,8	102	0,3
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,6	4,4	14,5	109	6,3
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		9,1	38	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	26	2,1	0,3	12,7	62	0
Итого			524	15,3	15,8	47,9	397	8,1
Всего				46,1	45,3	178,2	1313	14,1

Медицинская сестра  Волкова И.В.

Шеф-повар  Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ

6 марта 2024 г.

Сад 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		6,1	0,1	55	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	7,8	20,2	171	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,2	4,3	17,9	119	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,6	4,7	15	122	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	35	2,8	0,3	17,1	83	0
Итого			402	12,2	18,9	52,4	431	1,2
II Завтрак								
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,1	36	0
Итого			180			9,1	36	0
Обед								
2012	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ	180	7	5,3	15,7	139	3,5
2012	56	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	70	7,2	7,2	3,7	110	1,3
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5	34,7	205	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		13,3	55	0,1
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	40	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			620	23,2	18,1	88,1	610	4,9
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	178	5	5,5	8,1	104	0,9
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	60	7,8	7,5	5,4	120	0,4
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики)	40	11,2	2,9	0,3	73	7,17
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,1	5,4	18,2	135	8
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	150	2,2	4,3	16,8	117	7,9
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		9	38	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	35	2,8	0,3	17,1	83	0
Итого			603	18,8	18,7	57,8	480	10
Всего				54,2	55,7	207,4	1557	16,1

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.