

Утверждаю

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
Заведующая детским садом  
*Махалова Т.В.* /Махалова Т.В./

# МЕНЮ

12 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,1	7,5	15,8	149	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,3	15,4	117	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	27	2,2	0,3	13,3	64	0
Итого			367	12,5	15,1	44,5	367	1,1
<b>II Завтрак</b>								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150			12,5	50	0
Итого			150			12,5	50	0
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	4	2,8	32	11,2
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,1	4,9	11,7	110	5,3
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	10,3	10,8	21,8	226	10,9
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	35	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			565	17,5	20,1	60,6	479	27,4
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	12,9	61	48,4
2012	43	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	80/20	1,5	1,6	27,2	128	0,1
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	27	2,2	0,3	13,3	64	0
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			522	4,6	2,5	62,9	299	58
Всего				34,6	37,7	180,5	1195	86,5

Медицинская сестра

*И.В. Волкова* Волкова И.В.

Шеф-повар

*Ю.А. Ваганова* Ваганова Ю.А.



Утверждаю

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

# МЕНЮ

12 марта 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,8	7,8	18,7	166	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15,5	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	17,9	87	0
Итого			411	15,1	16,9	52,1	425	1,2
<b>II Завтрак</b>								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			14,9	60	0
Итого			180			14,9	60	0
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,1	4,1	48	23,4
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,1	4,5	11,9	107	5,3
2010	580	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ (аллергики)	190	4,5	7,3	16,2	148	5,8
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,6	13,5	27,8	283	14
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	33	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	44	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			664	20,9	21,7	72,6	572	42,7
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	12,1	58	48,4
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	100/30	1,8	2,2	37,9	178	0,1
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	180	16,2	10,7	54,8	380	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,9	87	0
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			596	5,6	3,2	77,9	371	58,5
Всего				41,6	41,8	217,5	1428	102,4

Медицинская сестра  Волкова И.В.

Шеф-повар  Ваганова Ю.А.