

Утверждаю

Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
*Т.В. Махалова* /Махалова Т.В./  
152003, Рф, Ярославская область,  
г.Тутаев, ул.Молодежная, д. 71

**МЕНЮ**  
14 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,8	5,3	16,7	132	0,4
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,6	4,7	15,2	123	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	27	2,1	0,3	13,1	64	0
Итого			367	12,8	13,3	45	356	1,1
<b>II Завтрак</b>								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		12,7	53	0,2
Итого			150	0,5		12,7	53	0,2
<b>Обед</b>								
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,3	5,6	9,4	106	5,9
2012	46	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	50	12,8	5,4	5,2	120	1,5
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,3	3,7	19,6	125	9,3
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	14	63	33
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	34					0
Итого			534	20,7	14,8	48,2	414	49,7
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	109	2,9	2,7	11,8	86	1
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	0,4	0,4	1,6	12	0,3
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,2	11	17,2	213	13,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,4	3,7	13,8	103	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	27	2,1	0,3	13,1	64	0
Итого			426	20	18,1	57,5	478	15,3
Всего				54	46,2	163,4	1301	66,3

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Волкова И.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

# МЕНЮ

14 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ 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)	15	3,5	4,5		55	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	7	19,9	162	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	0,7		11,2	47	0,2
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,5	85	0
Итого			411	15,7	16,6	52,4	424	1,2
<b>II Завтрак</b>								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,5		14	59	0,2
Итого			180	0,5		14	59	0,2
<b>Обед</b>								
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,2	5,5	9,6	104	5,9
2012	46	РЫБА, ТУШЁНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	70	18	6,9	7,3	163	2,2
2010	52	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	40/40	13	15,5	4,7	209	1,1
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4,1	5,1	24,5	160	11,5
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	150	2,3	4,5	19	126	9,6
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	15,4	69	40
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	42	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			622	29,8	18,2	77,5	597	59,6
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	131	3,5	3,3	14,1	103	1,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,7		11,2	47	0,2
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,7	0,7	3,5	26	0,8
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	13,1	12,6	19,6	245	15,7
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4,4	15,5	119	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,7		11,2	47	0,2
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,5	85	0
Итого			537	24,3	21,4	70,2	578	18,4
Всего				70,3	56,2	214,1	1658	79,4

Медицинская сестра  Волкова И.В.

Шеф-повар  Ваганова Ю.А.