

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 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								
			5		4,1		37	0
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)						
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	5,2	17,1	131	0,4
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,2	74	0
Итого			366	6,5	9,6	41,2	278	0,4
II Завтрак								
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
Итого			150			7,8	31	0
Обед								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,6	3	4,5	47	1,8
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,5	2,1	12,3	95	4,5
2012	53	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/30	12,7	13,6	15,1	234	1,3
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	11,1	50	30,8
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	36	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			556	22,5	19,2	59,5	506	38,4
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	119	3,2	3	12,9	94	1,1
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	8,2	10,7	1,5	135	0,1
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,3	3,5	13,5	100	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,2	74	0
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	91	9,5
Итого			475	18,6	18	63,1	494	11,3
Всего				47,6	46,8	171,6	1309	50,1

Медицинская сестра _____

Волкова И.В.

Шеф-повар _____

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

Махалова Т.В./

152303, Рф, Ярославская область,
г.Тутаев, ул.Метростроителей, д.71

МЕНЮ

18 марта 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,5	0,1	50	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	6,1	20,5	156	0,5
2008	189	КАША МАННАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2	4,2	18,6	120	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,6	35	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	41	3,3	0,4	20,3	98	0
Итого			408	8,1	12	49,5	339	0,5
II Завтрак								
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,4	34	0
Итого			180			8,4	34	0
Обед								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,7	3,5	4,8	54	2,1
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,5	2	12	93	4,6
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	180	4,1	7,1	14	137	7
2012	53	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	160/50	18,1	17,9	20,7	315	1,5
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12,8	59	38,4
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	45	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			665	28,8	24,1	71	622	46,6
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	142	3,8	3,6	15,4	112	1,3
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,1	13,4	1,9	169	0,2
2010	258	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	190	13,9	19,4	24,4	328	12,3
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15	114	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	41	3,3	0,4	20,3	98	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			563	22,6	22,1	73,6	589	12,2
Всего				59,5	58,2	202,5	1584	59,3

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.