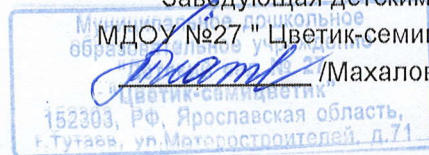


Утверждаю

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



МЕНЮ

21 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		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,6	2,1		26	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,1	7,1	15,2	143	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	15,6	118	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	35	2,8	0,4	17,4	84	0
Итого			372	12,5	13,9	48,2	371	1,1
II Завтрак								
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	12,3	57	40
Итого			150	0,3	0,1	12,3	57	40
Обед								
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	3,8	5,8	6,7	98	7,6
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,7	6,3	6	152	0,8
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,1	4,4	19,4	131	9,2
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С КУРАГОЙ	150	0,2	0,1	10,5	43	0,6
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	36	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			566	27,3	17	59,1	504	18,2
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	119	3,2	3	12,9	94	1,1
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	36	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	100	5,6	6,8	39,9	243	0,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,2	29	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	24	1,9	0,2	11,6	56	0
Итого			433	15,7	14,5	71,9	483	1,3
Всего				55,8	45,5	191,5	1415	60,6

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение "Звездочка"
 Заведующая детским садом
 МДОУ №27 "Цветик-семицветик"
 Махалова Т.В./
 152000, г. Ставрополь, ул. Советская, д.71

МЕНЮ
 21 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								
			10	2,3	3		37	0
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)						
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,9	8,3	18,5	168	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	4	4,3	15,3	117	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	47	3,8	0,5	23,1	112	0
Итого			417	15	16,1	56,9	434	1,2
II Завтрак								
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	13,1	61	44
Итого			180	0,3	0,1	13,1	61	44
Обед								
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4	5,9	6,5	99	7,5
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	24,4	7,9	7,8	199	1,2
2012	274	МЯСО ГОВЯДИНЫ ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ (аллергики)	90	9,1	11,6	1,6	147	1,2
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4	5,8	24,1	165	11,4
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	150	2,3	4,5	19	126	9,6
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С КУРАГОЙ	180	0,2	0,1	11,1	47	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	45	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			665	35,8	20,3	70,2	611	20,9
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	142	3,8	3,6	15,4	113	1,3
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (аллергики)	19	4,6	5,9		72	0
2010	36	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	120	6,4	7,7	47,8	285	0,3
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,7	31	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,4	0,3	15	73	0
Итого			513	17,6	16,1	86,2	563	1,6
Всего				68,7	52,6	226,4	1669	67,7

Медицинская сестра _____

Волкова И.В.

Шеф-повар _____

Ваганова Ю.А.