

Утверждаю

Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"
Махалова Т.В./
151403, Рф. Ярославская область,
г.Тутаев, ул.Мейерхольдская, д.71

МЕНЮ
2 ноября 2023 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	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,8	5,7	15,6	129	0,4
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,3	4,4	15,1	119	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	29	2,3	0,3	14,4	70	0
Итого			359	12,7	13,4	45,1	355	1,1
II Завтрак								
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Обед								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	35	0,4	0,1	1,3	8	8,8
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	180	3,2	5,2	9,8	99	5
2012	46	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	60	16,1	5,1	4,9	130	1,7
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,3	4,1	19,5	129	9,2
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,7	72	67,7
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	34					0
Итого			579	23,5	14,7	50,2	438	92,4
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	131	3,5	3,3	14,1	103	1,2
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,5	1,2	2,2	24	0,3
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11	9,4	15,9	192	12,9
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15,2	75	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,2	3,4	12,9	96	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	29	2,3	0,3	14,4	70	0
Итого			480	21,5	18,7	74,7	560	15
Всего				58,1	47,2	179,3	1398	118

Медицинская сестра _____

Волкова И.В.

Шеф-повар _____

Утверждаю

Заведующая детским садом

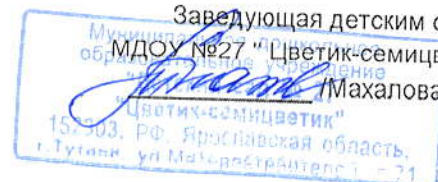
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

Махалова Т.В./

МЕНЮ

2 ноября 2023 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	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,4	6,9	18,5	155	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	2,2	4,3	17,9	119	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,3	4,5	14,9	118	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	39	3,1	0,4	19,2	93	0
Итого			404	15,3	16,3	52,6	421	1,2
II Завтрак								
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	35	0,4	0,1	1,3	8	8,7
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	3,2	4,7	9,5	92	5
2012	46	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	80	22,4	6,7	6,1	176	2,3
2010	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	30/40	8,3	11,4	4,7	154	1,1
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4,1	5,1	24,5	160	11,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗМОЛОЧ. (аллергии)	150	2,4	4,5	19,4	128	9,8
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	16,3	81	76,6
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	43	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			668	33,9	17,4	78,4	618	104,1
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	157	4,2	3,9	16,9	124	1,4
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	1	2,2	3,7	47	0,8
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ (аллергии)	70	1,2	9,9	10,7	136	2,1
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	12,9	10,6	18	219	14,9
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,7	112	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,1	15,7	116	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	39	3,1	0,4	19,2	93	0
Итого			586	26,6	22,9	96,2	711	17,8
Всего				76,2	57	237	1797	133,1

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар