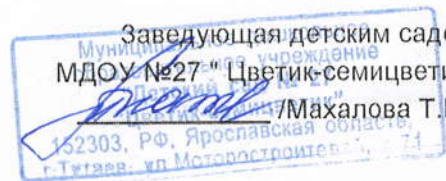


Утверждаю

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



МЕНЮ

7 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,6		42	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	5,7	18,1	140	0,5
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,8	36	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			366	6,7	10,6	41,6	289	0,5
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,7	3,3	4,8	52	1,9
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,9	2,3	12,4	99	4,9
2012	53	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/30	13	13	15,6	232	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,6	30	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	35	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			555	23,1	19	56,9	493	8
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	133	3,6	3,3	14,4	105	1,2
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7,9	10,9	1,6	136	0,1
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,5	111	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,4	3,6	13,5	101	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	19,9	91	9,5
Итого			518	20,2	20,3	86,6	615	11,4
Всего				51	50,1	205,3	1483	23,9

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"
Махалова Т.В./
"Цветик-семицветик"
152303, Рф, Ярославская область,
г. Тутаев, ул. Моторостроителей, д. 71

МЕНЮ

7 ноября 2023 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		
Завтрак								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,1		47	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	6,3	20,9	160	0,6
2008	189	КАША МАННАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2	4,2	18,6	120	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,2	37	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,4	94	0
Итого			406	8,1	11,8	49,5	338	0,6
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,7	3,3	5,1	54	2,1
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	7	1,9	12,6	96	4,9
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА МК БУЛЬОНЕ (аллергики)	180	4,3	7,1	17,2	150	5
2012	53	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	160/50	18,3	17,8	22,2	322	1,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,2	33	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	44	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			664	29,2	23,6	68,8	606	8,6
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	159	4,3	4	17,2	126	1,4
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,1	13,2	2	168	0,2
2010	258	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	200	14	19,4	25,5	334	13
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	2,5	2,8	37,5	185	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4,4	16,4	122	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,4	94	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			629	25,7	25,3	113,5	791	12,3
Всего				64	60,9	252	1821	25,5

Медицинская сестра



Волкова И.В.

Шеф-повар



Ваганова Ю.А.