

Утверждаю

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
Махалова Т.В./  
152300, Магистральная область,  
п.г.т. Мотрошино

# МЕНЮ

9 ноября 2023 г.

Ясли 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)	7	1,6	2,1		26	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4	7,5	15,7	148	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15,3	116	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	33	2,6	0,3	16,2	79	0
Итого			370	12,1	14,1	47,2	369	1,1
<b>II Завтрак</b>								
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
<b>Обед</b>								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	35	0,4	0,1	1,3	8	8,7
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	3,9	6,7	6,9	109	7,9
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,6	6	4,6	126	0,7
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,2	4,8	19,5	134	9,3
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,4	70	61,6
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	34	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			579	24,1	18,2	63,2	527	88,2
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	130	3,5	3,3	14	103	1,2
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	36	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	100	5,7	6,7	42,3	250	0,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	22	1,8	0,2	10,8	52	0
Итого			442	16	14,7	75,4	498	1,4
Всего				52,6	47,4	195,1	1439	100,2

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
Частик-семицветик"  
152203, Рф, Ярославская область,  
Тутаев, ул. Моторостроителей, д. 71

# МЕНЮ

9 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,8	8	18,6	166	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	5,2	8,3	21,5	182	0,5
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15,4	116	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	44	3,5	0,4	21,6	105	0
<b>Итого</b>			<b>414</b>	<b>14,5</b>	<b>15,6</b>	<b>55,6</b>	<b>424</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	35	0,4	0,1	1,3	8	8,7
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,1	6,5	6,3	107	7,9
2010	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА М/К БУЛЬОНЕ (БЕЗ СМЕТАНЫ) (аллергики)	180	4,1	6,3	7,7	106	7,9
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	18,8	7,3	6,3	164	1
2010	259	ПОДЛИВА ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	40/40	12,5	15,4	1,3	193	1,1
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,9	5,5	24,3	162	11,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	150	2,4	4,5	19,4	128	9,8
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	16,6	81	72,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	43	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>678</b>	<b>31</b>	<b>20,2</b>	<b>75,5</b>	<b>623</b>	<b>101,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	156	4,2	3,9	16,8	123	1,4
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	6,5	7,4	51,3	296	0,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,8	36	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	29	2,3	0,3	14,1	68	0
<b>Итого</b>			<b>525</b>	<b>18</b>	<b>16,1</b>	<b>91,3</b>	<b>584</b>	<b>1,6</b>
<b>Всего</b>				<b>63,9</b>	<b>52,3</b>	<b>232,2</b>	<b>1678</b>	<b>114,4</b>

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.