

Утверждаю

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

# МЕНЮ

14 ноября 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
			10	2,3	3		37	0
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)						
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,1	7,6	15,9	150	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	15,5	118	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,2	0,3	13,7	67	0
Итого			368	12,6	15,2	45,1	372	1,1
<b>II Завтрак</b>								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150			13,3	53	0
Итого			150			13,3	53	0
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	4	2,8	32	11,2
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,2	5,5	11,8	118	5,3
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	12	12,5	20,7	243	10,4
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	36	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			566	19,3	22,4	59,6	504	26,9
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,4	70	61,6
2012	43	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	90/20	3,1	3,5	26,9	150	0,2
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15	74	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,2	0,3	13,7	67	0
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			553	7,3	5,5	79,5	407	71,3
Всего				39,2	43,1	197,5	1336	99,3

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

**МЕНЮ**  
14 ноября 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5	8	19,2	170	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	4,4	16	120	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	37	3	0,4	18,3	89	0
<b>Итого</b>			<b>412</b>	<b>15,5</b>	<b>17,3</b>	<b>53,5</b>	<b>434</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			16,2	65	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>			<b>16,2</b>	<b>65</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,1	4,1	48	23,4
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,4	5,3	12	118	5,4
2010	580	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ (аллергики)	190	4,4	7,3	16,2	149	5,8
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	15	15,5	25,8	302	12,9
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,3	34	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	45	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>665</b>	<b>23,6</b>	<b>24,5</b>	<b>70,9</b>	<b>603</b>	<b>41,7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	67	61,6
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110/30	4,2	5	36,9	209	0,3
2010	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (аллергики)	180	5,5	4,7	35,1	205	0,4
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,6	111	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	37	3	0,4	18,3	89	0
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>637</b>	<b>9,7</b>	<b>7,7</b>	<b>101,6</b>	<b>524</b>	<b>71,9</b>
<b>Всего</b>				<b>48,8</b>	<b>49,5</b>	<b>242,2</b>	<b>1626</b>	<b>114,8</b>

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.