

Утверждаю

Заведующая детским садом

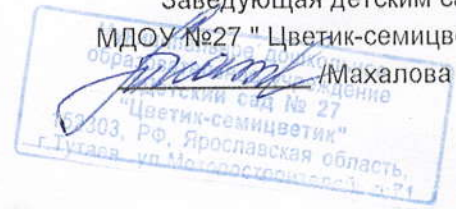
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

(Махалова Т.В.)

МЕНЮ

16 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		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,6	2,1		26	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,1	7,6	15,8	149	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	15,4	117	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,7	86	0
Итого			373	12,6	14,4	48,9	378	1,1
II Завтрак								
2010	68.2	КОМПОТ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150	0,1		0,8	6	1,2
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			245	0,5	0,4	10,1	51	10,7
Обед								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	38	0,4	0,1	1,4	9	9,4
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,1	6,8	7,4	113	8,6
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	12,9	5,9	4,7	123	0,7
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,2	4,9	19,5	135	9,3
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,8	72	66
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	36	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			584	23,6	18,3	64,3	532	94
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	142	3,8	3,6	15,3	112	1,3
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	36	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	100	5,4	6,8	39,1	238	0,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	24	1,9	0,2	11,8	57	0
Итого			456	16,1	15,1	74,5	500	1,5
Всего				52,8	48,2	197,8	1461	107,3

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

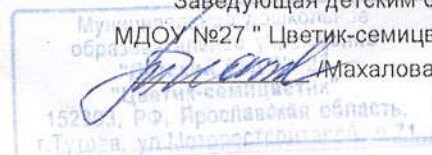
Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом

МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

Махалова Т.В./



МЕНЮ

16 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ 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)	10	2,3	3		37	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5	8,3	18,7	169	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	180	5,2	8,3	21,5	182	0,5
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	15,4	117	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	47	3,8	0,5	23,3	113	0
Итого			417	15,1	16,1	57,4	436	1,2
II Завтрак								
2010	68.2	КОМПОТ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	0,9	7	1,5
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			280	0,5	0,5	10,7	54	11,5
Обед								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	38	0,4	0,1	1,4	9	9,4
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,1	6,6	7,1	109	8,4
2010	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА МК БУЛЬОНЕ (аллергики)	180	4,3	7,1	8,1	117	8,6
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,7	7,4	6,6	164	1
2010	259	ПОДЛИВА ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	40/40	12,5	15,4	1,3	193	1,1
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4	5,8	24,4	166	11,5
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	16,4	81	76,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	45	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			673	30	20,7	76,6	630	107
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	170	4,6	4,3	18,4	135	1,5
к/к	к/к	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	6,5	7,8	48,2	288	0,3
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,5	34	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,2	74	0
Итого			541	18,6	16,9	90,6	592	1,8
Всего				64,2	54,2	235,3	1712	121,5

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.