

Утверждаю

Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

*Махалова Т.В.* /Махалова Т.В./

15-003, Рр, Ярославская область,  
г.Тутаев, ул.Моторостроителей, д.71

## МЕНЮ

20 ноября 2023 г.

Ясли 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,8	4,7	16,5	124	0,4
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,6	35	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	29	2,3	0,3	14,1	68	0
Итого			364	6,2	9,1	39,2	264	0,4
<b>II Завтрак</b>								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Обед</b>								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,7	2,5	4,9	46	1,9
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,5	1,4	12,1	88	4,6
2012	53	"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/30	13,1	13,5	15,6	236	1,2
2010	68.1	КОМПОТ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150	0,1	0,1	1	7	1,6
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	35	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			555	22,9	17,9	50,1	457	9,3
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	136	3,7	3,4	14,7	108	1,2
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	8,2	10,5	1,5	133	0,1
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,5	111	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,2	3,4	13	96	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	29	2,3	0,3	14,1	68	0
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	92	9,5
Итого			520	20,3	19,8	85,8	608	11,4
Всего				50,4	47	195,3	1415	25,1

Медицинская сестра

*Волкова И.В.*

Волкова И.В.

Шеф-повар

*Ваганова Ю.А.*

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
Махалова Т.В./  
152301 Тульская область,  
г. Тула, ул. Мухоморова, д. 71

**МЕНЮ**  
20 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,4	0,1	49	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	6	20,7	155	0,5
2008	189	КАША МАННАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2	4,2	18,6	120	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,5	38	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	38	3	0,4	18,4	89	0
<b>Итого</b>			404	7,7	11,8	48,7	331	0,5
<b>II Завтрак</b>								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Обед</b>								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,7	3,3	5,2	54	2,2
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,5	1,9	12,2	92	4,6
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	180	4,3	7,1	16,7	148	4,7
2012	53	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	160/50	18	18,1	21,5	320	1,6
2010	68.1	КОМПОТ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180	0,2	0,1	1,2	8	1,9
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	44	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			664	28,6	24	60,8	575	10,3
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	163	4,4	4,1	17,6	129	1,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,1	13,2	1,9	168	0,2
2010	258	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	190	13,8	19,4	23,9	326	12,2
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	2,5	2,8	37,5	185	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,8	4,1	15,8	116	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	38	3	0,4	18,4	89	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
<b>Итого</b>			631	25,3	25,1	112,2	783	12,4
<b>Всего</b>				62,6	61,1	241,9	1775	27,2

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.