

Утверждаю

Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

/Махалова Т.В./

МЕНЮ
21 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	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,6	2,1		26	0
2010	35	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,6	6,7	21,1	163	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15,3	115	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	29	2,3	0,3	14,2	69	0
Итого			366	12,4	13,3	50,6	373	1,1
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150			14	56	0
Итого			150			14	56	0
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	36	0,3		0,9	5	3,6
2012	17	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	3,8	5	9,7	104	5,9
2012	58	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,3	0,9	2,7	20	0,6
2008	24	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	11,5	14	21,5	258	9,6
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,6	30	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	36					0
Итого			562	15,9	19,9	42,4	417	19,7
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,9	73	68,4
2008	44	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	3,4	5,6	24	160	0,2
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,5	111	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	29	2,3	0,3	14,2	69	0
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	19,9	91	9,5
Итого			574	9,2	8,3	95,6	505	78,1
Всего				37,5	41,5	202,6	1351	98,9

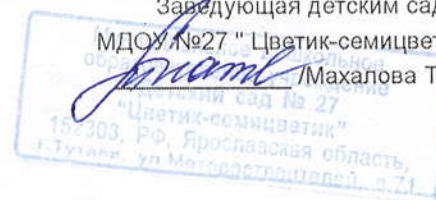
Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 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		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2010	35	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	7,4	22,7	179	0,5
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ (аллергики)	180/7	2,4	4,7	15,9	115	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15,4	115	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	18,7	91	0
Итого			408	14,3	15	56,8	422	1,2
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			16,5	66	0
Итого			180			16,5	66	0
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	37	0,3		0,9	5	3,7
2012	17	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	3,9	4,9	9	100	5,9
2012	56	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ (аллергики)	180	4,2	7,3	13,2	135	6,8
2012	58	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,7	1,5	4,3	34	1,4
2008	24	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180	16,1	18,5	30	352	13,3
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,2	33	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	46	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			673	24,2	25,5	73,1	625	24,3
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14	69	63,9
2008	44	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	4,5	8,2	31,2	217	0,4
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (аллергики)	160	5,5	4,7	35,1	205	0,4
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	2,5	2,8	37,5	185	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,1	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	38	3	0,4	18,7	91	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			668	12,1	12,1	122,5	659	74,3
Всего				50,6	52,6	268,9	1772	99,8

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Шеф-повар _____ Ваганова Ю.А.