

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,6	2,1		26	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,2	7,1	16,2	147	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4,4	15,5	118	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	37	3	0,4	18,2	88	0
Итого			374	12,9	14	49,9	379	1,1
II Завтрак								
2010	68.2	КОМПОТ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150	0,1		0,8	6	1,4
2008	63	ФРУКТЫ	96	0,4	0,4	9,4	45	9,6
Итого			246	0,5	0,4	10,2	51	11
Обед								
2008	8	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,2	1,5	4,9	40	20,1
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,3	7,1	7,5	119	8,3
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	13,8	6,8	4,3	133	0,6
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,3	5,1	19,8	139	9,4
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,3	71	69,1
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	38	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			638	25,6	21,1	67,3	582	107,5
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	151	4,1	3,8	16,4	120	1,4
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	36	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	100	5,9	7,7	41	255	0,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8,4	34	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	26	2,1	0,3	12,6	61	0
Итого			467	17,1	16,3	78,7	531	1,6
Всего				56,1	51,8	206,1	1543	121,2

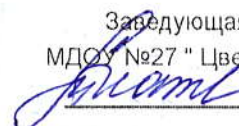
Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

23 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ 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
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,1	8,7	19,6	177	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	180	5,3	8,5	21,7	185	0,6
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	16,2	121	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	50	4	0,5	24,7	120	0
Итого			420	15,4	16,5	60,5	455	1,2
II Завтрак								
2010	68.2	КОМПОТ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	1	7	1,6
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			280	0,5	0,5	10,8	54	11,6
Обед								
2008	8	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,2	1,6	3,9	36	20
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,1	6,9	6,9	113	7,9
2010	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА М/К БУЛЬОНЕ (аллергики)	180	4,1	6,3	7,7	106	7,9
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	18,7	7	6,7	165	0,9
2010	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	40/40	12,5	15,4	1,3	193	1,1
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4,2	6,2	24,6	171	11,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	150	2,4	4,5	19,9	130	10,1
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	15,2	76	75,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			728	32	22,5	78	662	116,1
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	181	4,9	4,5	19,5	143	1,6
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	6,6	7,5	48,9	290	0,3
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,1	37	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	33	2,6	0,3	16	78	0
Итого			554	19,1	16,8	93,8	609	1,9
Всего				67	56,3	243,1	1780	130,8

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.