

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	27	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	6,1	16	136	0,5
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	6,5	10,5	38,7	276	0,5
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2012	5	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	3,7	2,3	47	1,5
2010	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	3,6	3,4	8,9	81	6,8
2012	49	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60/25	6,1	10,1	7,7	146	0,8
2010	33	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,8	3,4	30,2	163	0
2010	68.1	КОМПОТ ПЛОДОВО -ЯГОДНЫЙ	150	0,1	0,1	1	8	1,7
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	39					0
Итого			614	13,8	20,7	50,1	445	10,8
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	151	4,1	3,8	16,3	120	1,4
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	3,7	35	195	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,3	3,6	13,2	99	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	22	1,8	0,2	11	54	0
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	92	9,5
Итого			608	20,9	16,3	95,8	621	11,5
Всего				42,2	47,7	204,8	1428	26,8

Медицинская сестра



Волкова И.В.

Шеф-повар



Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 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		
Завтрак								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,4	0,1	49	0
2008	27	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	7,1	19,3	161	0,6
2010	184	КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,9	4,3	17,4	116	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		8,4	34	0
2010	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	38	3	0,4	18,5	90	0
Итого			395	7,8	12,9	46,3	334	0,6
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2012	5	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,4	3,6	2,9	49	1,8
2010	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МК БУЛЬОНЕ	180	3,6	3,9	8,7	86	6,8
2012	49	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80/50	11,1	18,3	11,9	257	1,5
2010	33	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	5,3	37,8	214	0
2010	68.1	КОМПОТ ПЛОДОВО -ЯГОДНЫЙ	180	0,2	0,1	1,3	9	2,1
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	49	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			739	23,1	31,8	83,3	716	12,2
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	181	4,9	4,5	19,6	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	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	5,3	41,7	240	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	15,8	119	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	27	2,2	0,3	13,5	65	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			708	24	19,4	111,9	724	12,3
Всего				55,9	64,3	261,7	1860	29,1

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.