

Утверждаю

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

# МЕНЮ

28 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		
<b>Завтрак</b>								
			10	2,3	3		37	0
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)						
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,2	7,6	15,9	150	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4,4	15,6	119	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	32	2,6	0,3	15,7	76	0
<b>Итого</b>			<b>372</b>	<b>13,2</b>	<b>15,3</b>	<b>47,2</b>	<b>382</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
			150			14,9	60	0
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150			14,9	60	0
<b>Итого</b>								
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	4	2,8	32	11,2
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	180	4,4	5,8	12,6	126	5,7
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	11,9	13,4	20,1	249	10,1
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	40	2,5	0,4	16,5	80	0
<b>Итого</b>			<b>570</b>	<b>19,4</b>	<b>23,6</b>	<b>59,8</b>	<b>518</b>	<b>27</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,8	72	66
2012	43	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	3,2	3,4	27	150	0,2
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15	74	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	32	2,6	0,3	15,7	76	0
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
<b>Итого</b>			<b>567</b>	<b>7,8</b>	<b>5,4</b>	<b>81,9</b>	<b>418</b>	<b>75,7</b>
<b>Всего</b>				<b>40,4</b>	<b>44,3</b>	<b>203,8</b>	<b>1378</b>	<b>103,8</b>

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

# МЕНЮ

28 ноября 2023 г.

Сад 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	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,9	8,6	18,8	172	0,6
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4,4	16,4	123	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	42	3,4	0,4	20,6	100	0
Итого			417	15,9	17,9	55,8	450	1,3
<b>II Завтрак</b>								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			17,9	71	0
Итого			180			17,9	71	0
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,1	4,1	48	23,4
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,4	5,7	12,5	124	5,5
2010	580	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ (аллергики)	200	4,5	7,4	16,9	152	6,1
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	14,8	16,1	24,9	307	12,6
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,6	35	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	50	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			670	23,4	25,5	70,8	615	41,5
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,9	68	64,3
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	4,4	5,2	36,9	212	0,3
2010	265	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	190	14,8	18,7	38	379	1,4
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,6	111	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	42	3,4	0,4	20,6	100	0
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			652	10,3	7,9	104	539	74,6
Всего				49,6	51,3	248,5	1675	117,4

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.