

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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	29	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,5	7,1	20,8	166	0,4
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		9	37	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	32	2,6	0,3	15,7	76	0
Итого			367	7,2	11,5	45,5	316	1,1
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	27	0,2		0,7	4	2,7
2008	13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4	4,6	13,1	115	5,4
1994	55	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	13,7	15,6	5,6	217	1
2010	22	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	120	2,8	2	12,3	81	26
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,6		13,2	56	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	40					0
Итого			577	21,3	22,2	44,9	473	35,3
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	154	4,4	4,8	7	90	0,8
2010	45	РЫБА, ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	15,2	8,5	4,1	154	0,2
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15,2	75	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,9	28	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	32	2,6	0,3	15,7	76	0
2008	62	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			521	23,7	15,1	58,2	468	10,5
Всего				53,2	49	168,8	1343	50,9

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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		
Завтрак								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,3	0,1	57	0
2008	29	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,3	8,3	24,3	194	0,5
2008	29	КАША ПШЕННАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,7	4,7	21,8	140	0
2010	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		9,5	39	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			410	8,8	15	54,5	390	1,2
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	27	0,2		0,7	4	2,7
2008	13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,4	5,2	13,5	125	5,6
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ (БЕЗ СМЕТАНЫ) (аллергики)	180	3,9	6,7	9,2	114	5
1994	55	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	80	18	20,7	7,7	288	1,3
2010	22	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	150	3,5	3,2	15,1	105	32,4
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,7		15,6	66	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	50	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			667	30	29,7	73,3	689	42,2
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	185	5,2	5,7	8,4	108	1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2010	45	РЫБА, ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	17,3	9,3	4,1	168	0,3
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики)	40	11,3	2,9	0,3	73	7,2
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,6	7	38,9	252	0
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,7	112	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,8	32	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	42	3,4	0,4	20,6	100	0
2008	62	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			617	27,9	17,5	73,4	567	11,3
Всего				67,7	62,4	221,4	1732	58,7

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.