

Утверждаю

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

## МЕНЮ

30 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>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,8	6	16,2	135	0,4
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,4	4,6	15,2	120	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	32	2,5	0,3	15,5	75	0
Итого			372	13	13,9	46,9	367	1,1
<b>II Завтрак</b>								
2010	68.1	КОМПОТ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	150	0,1		0,8	6	1,3
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			245	0,5	0,4	10,1	51	10,8
<b>Обед</b>								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	40	0,4	0,1	1,5	10	9,9
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	180	4,3	5,6	10,5	111	5,5
2012	46	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	50	12,9	5,4	4,4	118	1,6
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,2	4,2	19,6	129	9,4
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,7	71	62,3
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	38					0
Итого			578	21,3	15,5	50,7	439	88,7
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	151	4,1	3,8	16,3	119	1,4
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	0,5	0,9	1,9	19	0,4
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	110	10,9	9,7	16,2	196	11,8
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15,2	75	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,4	3,6	14,2	103	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	32	2,5	0,3	15,5	75	0
Итого			483	22,4	19,4	79,3	587	14,2
Всего				57,2	49,2	187	1444	114,8

Медицинская сестра

Волкова И.В.

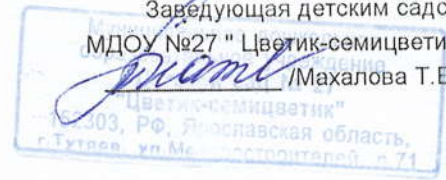
Шеф-повар

Ваганова Ю.А.



Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
30 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	7,6	19,4	164	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,2	4,3	17,9	119	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,5	4,6	15,3	121	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,7		11,2	47	0,2
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	42	3,3	0,4	20,5	99	0
<b>Итого</b>			<b>417</b>	<b>15,9</b>	<b>17,1</b>	<b>55,2</b>	<b>439</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2010	68.1	КОМПОТ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	1	7	1,6
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>280</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>10,8</b>	<b>54</b>	<b>11,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	40	0,4	0,1	1,5	10	9,9
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,2	6	10,1	112	5,5
2012	46	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	70	18,1	7,8	6,4	168	2,3
2010	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	40/40	13	15,5	4,7	209	1,1
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,9	5,3	24,4	161	11,6
2008	23	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	16,4	81	76,3
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>668</b>	<b>30,4</b>	<b>20</b>	<b>79,5</b>	<b>633</b>	<b>105,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	180	4,9	4,5	19,5	143	1,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,7		11,2	47	0,2
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	1,1	1,7	4,2	42	1
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	13	11	18,8	226	13,8
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,7	112	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	15,5	117	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,7		11,2	47	0,2
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	42	3,3	0,4	20,5	99	0
<b>Итого</b>			<b>612</b>	<b>27,8</b>	<b>23,6</b>	<b>101,2</b>	<b>739</b>	<b>17,1</b>
<b>Всего</b>				<b>74,6</b>	<b>61,2</b>	<b>246,7</b>	<b>1865</b>	<b>135,5</b>

Медицинская сестра  Волкова И.В.

Шеф-повар  Ваганова Ю.А.