

Утверждаю

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

МЕНЮ
7 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	6,7	15,2	138	0,4
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,3	8,4	22,8	174	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,8	4,9	15,1	124	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,3	74	0
Итого			371	13,5	14,9	45,6	373	1,1
II Завтрак								
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Обед								
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,2	4,7	10	100	6
2010	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ (аллергики)	180	1,7	9,9	12,8	147	6,5
2012	46	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	50	13	3,7	5	106	1,7
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,2	4,2	19,6	130	9,4
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	11,8	55	39,1
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	35					0
Итого			535	20,7	12,7	46,4	391	56,2
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	150	4,1	3,8	16,2	119	1,4
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,6	1	2,4	24	0,6
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,3	10,4	16,6	206	13,2
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,5	3,7	13,4	102	0,6
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,3	74	0
Итого			481	22	19,2	63,9	525	15,8
Всего				56,6	47,2	165,2	1334	82,6

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Повар

Челнокова А.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом

МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

/Махалова Т.В./

МЕНЮ

7 ноября 2024 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	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	8,2	18,7	167	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,2	4,3	17,9	119	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,6	4,8	14,7	121	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	1		11,7	51	0,2
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	41	3,3	0,4	20,3	99	0
Итого			416	16	17,9	53,7	442	1,2
II Завтрак								
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,3	4,4	10,2	98	5,9
2012	46	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	70	18,3	4,1	6,6	137	2,2
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4	5,5	24,5	163	11,6
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	13,6	63	43,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИЙ"	43	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			623	30,1	14,7	75,6	562	62,9
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	180	4,9	4,5	19,4	142	1,6
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,9	1,8	3,8	42	1,1
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	13,1	11,3	18,8	230	15,3
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,3	4,5	16,2	123	0,8
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	1		11,7	51	0,2
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	41	3,3	0,4	20,3	99	0
Итого			591	26,5	22,5	78,5	636	18,8
Всего				73	55,5	217,6	1687	92,9

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Повар

Челнокова А.А.