

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 ноября 2024 г.

Ясли 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)	7	1,6	2,1		26	0
2010	35	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,5	5,5	19,9	148	0,4
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ (аллергики)	150	7,4	10	42,7	289	0
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	16	119	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫИ "УМНИЦА"	33	2,6	0,3	16,1	78	0
Итого			370	12,7	12,2	52	371	1,1
II Завтрак								
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	92	9,5
Итого			95	1,4	0,5	20	92	9,5
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИИ (ПОРЦИЯМИ)	31	0,3		0,8	4	3,1
2012	17	БОРЩ С КАПУСТОИ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	3,8	4	9,3	91	5,9
2012	56	БОРЩ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ С КАПУСТОИ И КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	180	1,8	9,8	18,5	170	7,6
2012	58	СОУС ТОМАТНЫИ	30	0,3	0,7	2,7	19	0,3
2008	24	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	11,9	11,7	21	237	9,5
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			8	32	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	39					0
Итого			560	16,3	16,4	41,8	383	18,8
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	13,9	67	56
2008	44	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫИ МОЛОКОМ	100/20	3,5	5,4	24,7	161	0,3
2010	265	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	180	20,7	20,6	30,4	391	1,21
2010	74	ЧАИ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫИ "УМНИЦА"	33	2,6	0,3	16,1	78	0
Итого			453	6,6	5,9	54,9	307	56,3
Всего				37	35	168,7	1153	85,7

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Повар

Челнокова А.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 ноября 2024 г.

Сад 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	35	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	5,8	22,4	163	0,5
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ (аллергики)	180	8,4	6,2	43,3	263	0
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	15,3	117	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	43	3,4	0,4	21,2	103	0
Итого			413	14,8	13,5	58,9	420	1,2
II Завтрак								
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИИ (ПОРЦИЯМИ)	31	0,3		0,8	4	3,1
2012	17	БОРЩ С КАПУСТОИ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4	4,3	8,8	93	5,8
2012	58	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,5	0,9	3,5	25	0,8
2008	24	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180	16,2	15,9	29,3	325	13,1
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,2	33	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	49	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			670	24,2	21,7	71,3	581	22,8
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	12,8	62	54,8
2008	44	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	4,9	7,6	32,8	220	0,4
2010	265	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	180	20,9	20,8	30,6	393	1,22
2010	74	ЧАИ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	43	3,4	0,4	21,2	103	0
Итого			523	8,8	8,2	67	386	55,2
Всего				49,3	43,9	218,2	1483	89,2

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Повар _____ Челнокова А.А.