

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 октября 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		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4	7,5	15,7	148	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15,3	116	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	34	2,7	0,3	16,7	81	0
Итого			374	12,9	15	47,7	382	1,1
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	150			12,5	50	0
Итого			150			12,5	50	0
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	2	2,8	32	11,2
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	150	3,7	5,2	10,2	107	4,5
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	12,5	13,8	20,4	256	10,3
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
Итого			540	19,3	21,4	57,7	506	26
Уплотненный полдник								
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	2,7	3,3	24,3	137	0,2
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15	74	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	34	2,7	0,3	16,7	81	0
2008	63	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	91	9,5
Итого			569	8,4	5,4	91	456	75,7
Всего				40,6	41,8	208,9	1394	102,8

Медицинская сестра

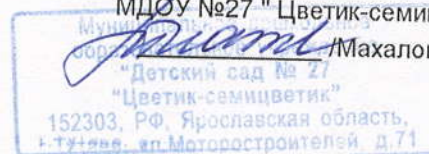
Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ

3 октября 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		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,5	4,5		55	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,9	8,3	19	171	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15,7	117	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	46	3,7	0,5	22,4	109	0
Итого			422	16	17,5	57,1	452	1,2
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			15,5	62	0
Итого			180			15,5	62	0
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3,1	4,1	76	16,8
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	180	4,4	5,6	12	122	5,3
2010	580	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (БЕЗ СМЕТАНЫ) (аллергики)	190	4,7	8,8	16,5	168	5,7
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	13,9	14,9	22,8	282	11,5
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,4	34	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	49	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			649	22,5	24,2	68	615	33,6
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,3	70	66
2012	43	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110/30	3,8	5	34,7	199	0,3
2010	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	160/20	9,4	8,5	27,5	224	0
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"	46	3,7	0,5	22,4	109	0
2008	63	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			646	11,1	7,9	115,2	586	76,3
Всего				49,6	49,6	255,8	1715	111,1

Медицинская сестра  Волкова И.В.

Шеф-повар  Ваганова Ю.А.