

Утверждаю

Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"
Махалова Т.В.
52303, Р.Ф. Ярославская область,
г.Тутаев, ул.Митрополитов д.71

МЕНЮ

4 октября 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		3,7		34	0
2008	29	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,6	6,1	19,5	153	0,4
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		9,1	38	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			365	7,1	10,1	43,3	296	1,1
II Завтрак								
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			8	32	0
Итого			150			8	32	0
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	26	0,2		0,7	4	2,6
2008	13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2,8	3,5	10,7	90	4,5
1994	55	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	50	9,6	11,8	6,7	171	0,7
2010	22	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	110	2,7	1,8	11,3	74	23,8
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,6		13,4	56	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	39					0
Итого			525	15,9	17,1	42,8	395	31,8
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	147	4,2	4,6	6,7	86	0,8
2010	45	РЫБА, ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	13,8	10	4,4	163	0,1
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15,2	75	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8,1	32	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	62	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			512	21,9	16,4	58,4	472	10,4
Всего				44,9	43,6	152,5	1195	43,3

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

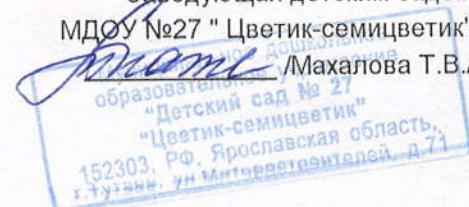
Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

Махалова Т.В./

МЕНЮ

4 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,9		44	0
2008	29	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,6	7,5	24,4	189	0,6
2008	189	КАША ПШЕННАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,7	4,7	21,8	140	0
2010	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		9,1	38	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,9	96	0
Итого			406	8,9	12,8	53,4	367	1,3
II Завтрак								
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,8	35	0
Итого			180			8,8	35	0
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	26	0,2		0,6	4	2,6
2008	13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,6	4,2	13,5	112	5,5
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ (БЕЗ СМЕТАНЫ) (аллергики)	180	4,2	7,1	15,6	144	6,5
1994	55	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	12,4	15	8,7	219	1,1
2010	22	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	130	3,2	2,6	13,4	91	28,1
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,7		16,1	68	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			624	23,3	22,4	73	595	37,5
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	147	4,2	4,6	6,7	86	0,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2010	45	РЫБА, ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	15,9	11,4	4,9	188	0,2
2010	258	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ (аллергики)	170	9,7	11,8	24,4	243	12,6
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,7	112	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,7	35	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,9	96	0
2008	62	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			577	25,3	18,5	72,7	564	11
Всего				57,5	53,7	207,9	1561	49,8

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.