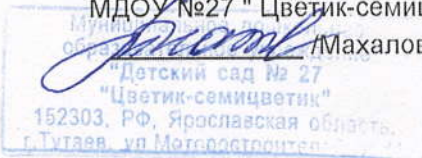


Утверждаю

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



# МЕНЮ

10 октября 2023 г.

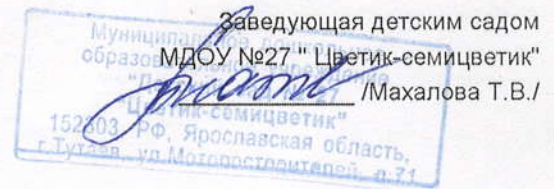
## Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ 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)	7	1,6	2,1		26	0
2010	35	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,6	5,5	20,4	150	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15,3	115	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			367	12,5	12,1	50,4	362	1,1
<b>II Завтрак</b>								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150			12,5	50	0
Итого			150			12,5	50	0
<b>Обед</b>								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	39	0,3		1	5	3,9
2012	17	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ, СО СМЕТАНОЙ	180	4	5,5	9,6	108	6,1
2012	58	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,4	0,8	3,4	23	0,7
2008	24	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	11,8	14,9	20,8	265	9,3
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	39					0
Итого			568	16,5	21,2	42,6	432	20
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	13,9	67	57,2
2008	44	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110/20	3,2	6,2	23,3	162	0,3
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,5	111	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	91	9,5
Итого			585	9	8,9	94,5	503	67
Всего				38	42,2	200	1347	88,1

Медицинская сестра  Волкова И.В.

Шеф-повар  Ваганова Ю.А.

Утверждаю



## МЕНЮ

10 октября 2023 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	35	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	5,3	22,3	158	0,5
2010	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ (аллергики)	180	10,3	6,7	51,5	307	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15	114	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,8	96	0
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>14,5</b>	<b>12,9</b>	<b>57,1</b>	<b>405</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			15,5	62	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>			<b>15,5</b>	<b>62</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	39	0,3		1	5	3,9
2012	17	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ СО СМЕТАНОЙ	180	4,1	5,8	9,1	109	5,9
2012	56	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (БЕЗ СМЕТАНЫ) (аллергики)	180	4,1	7,3	12,7	133	6,6
2012	58	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,7	1,6	4,3	36	1,3
2008	24	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160	14,1	17,9	25,1	317	11,4
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,8	35	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>657</b>	<b>22,4</b>	<b>25,9</b>	<b>69</b>	<b>603</b>	<b>22,5</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	13,4	65	57,2
2008	44	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	4,3	8,5	30,1	213	0,4
2010	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (аллергики)	180	5,6	8,8	34,9	240	0,3
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	2,5	2,8	37,5	185	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,8	96	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>12</b>	<b>12,4</b>	<b>122</b>	<b>656</b>	<b>67,6</b>
<b>Всего</b>				<b>48,9</b>	<b>51,2</b>	<b>263,6</b>	<b>1726</b>	<b>91,3</b>

Медицинская сестра  Волкова И.В.

Шеф-повар  Ваганова Ю.А.