

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 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		4,1		37	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,5	5,9	14,8	128	0,4
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,2	4,4	14,3	114	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,3	0,3	13,9	67	0
Итого			353	10	14,7	43	346	1,1
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	36	0,4	0,1	1,4	9	9,1
2012	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ	180	7,6	5,5	18,1	153	3,8
2012	56	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	50	4,9	5	1,9	73	0,8
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,7	3,2	29,6	166	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,6		13,1	55	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	37	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			573	20,7	14,2	80,6	536	13,9
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,2	4,6	6,8	86	0,8
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	40	5,1	6,5	4,8	97	0,3
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,5	3,7	14,2	101	6,2
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		10	42	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,3	0,3	13,9	67	0
2008	61	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			611	14,6	15,5	59	438	17,5
Всего				46,3	44,6	202,8	1406	36,5

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 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		
Завтрак								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,9	0,1	53	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,2	7,5	17,1	153	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,6	4,2	14,7	103	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,2	4,4	14,2	115	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	38	3	0,4	18,7	90	0
Итого			395	11,4	18,2	50,1	411	1,2
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	36	0,4	0,1	1,4	9	9,1
2012	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ	180	7,4	5,1	16,7	145	3,4
2012	56	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	70	6,3	6,5	2,4	96	1,2
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,7	3,9	36,7	205	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,7		15	64	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	46	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			662	23,7	16,2	92,9	620	13,9
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,2	4,6	6,8	86	0,8
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	60	7,4	8,7	6,2	132	0,5
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики)	50	7,1	1,8	0,2	46	4,57
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,8	4,4	15,3	112	6,7
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	130	1,9	4,3	14	103	6,5
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		9,4	39	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	38	3	0,4	18,7	90	0
2008	61	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			656	17,9	18,5	66,2	506	18,7
Всего				54	53,1	229,4	1623	37,8

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.