

Утверждаю

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

# МЕНЮ

16 октября 2023 г.

Сад 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,6	0,1	60	0
2008	27	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,5	8,7	21,3	187	0,7
2010	184	КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,9	4,3	17,4	116	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,1	37	0
2010	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	42	3,4	0,4	20,8	101	0
Итого			410	9	15,7	51,3	385	0,7
<b>II Завтрак</b>								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Обед</b>								
2012	5	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,5	3,6	3,1	50	2
2010	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	3,1	3,4	9	80	8,5
2012	49	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80/50	10,3	17,8	7,7	233	1,5
2010	33	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,4	5,1	36,2	204	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,8		16,4	70	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	47	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			737	22,3	30,5	93,1	738	12,2
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	173	4,7	4,3	18,7	137	1,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		9,9	40	0
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (аллергики)		4,6	5,9		72	0
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,4	5,1	40,8	235	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,7	4,9	16,6	131	0,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	15	73	0
2008	60	ФРУКТЫ	139	2,1	0,7	29,2	134	13,9
Итого			742	25,2	19,8	120,6	771	16,3
Всего				57,5	66,2	285,2	1980	33,2

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Волкова И.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
Махалова Т.В./  
Тутая, ул. Матросовская область,  
№ 71

## МЕНЮ

16 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	27	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,7	7,7	17,4	159	0,6
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	32	2,6	0,3	15,7	76	0
Итого			367	7,4	12,1	42	308	0,6
<b>II Завтрак</b>								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Обед</b>								
2012	5	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	3	2,4	41	1,6
2010	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	150	2,7	2,3	7,6	62	7,2
2012	49	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60/25	5,6	9,6	4,2	126	1
2010	33	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,7	3,6	29,2	160	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,7		14,2	60	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	37					0
Итого			582	12,9	18,5	57,6	449	10
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	173	4,7	4,3	18,7	137	1,6
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	3,9	34,2	193	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,9	4,2	14,4	112	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	25	2	0,3	12,3	60	0
2008	60	ФРУКТЫ	132	2	0,7	27,8	127	13,2
Итого			670	22,8	17,9	107,7	690	15,5
Всего				44,1	48,7	227,5	1533	30,1

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.