

Утверждаю

Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
Махалова Т.В./  
Муниципальное дошкольное  
образовательное учреждение  
"Цветик-семицветик"  
152303, Рф, Ярославская область,  
г.Тутаев, ул.Моторостроителей, д.21

**МЕНЮ**  
18 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		4,6		42	0
2008	29	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,4	6,6	19,7	156	0,4
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,9	37	0,8
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,2	0,3	13,6	66	0
Итого			364	6,7	11,5	42,2	301	1,2
<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>								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	23	0,2		0,6	3	2,3
2008	13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	2,9	3,3	12,5	94	5,1
1994	55	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	50	9,3	11,4	5,5	161	0,8
2010	22	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	120	2,8	2,2	11,4	79	25,5
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,6		13,1	55	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	36					0
Итого			559	15,8	16,9	43,1	392	33,9
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	152	4,3	4,8	7	89	0,8
2010	45	РЫБА, ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	12,1	9,6	4	151	0,1
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15,2	75	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,7	31	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,2	0,3	13,6	66	0
2008	62	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			505	20,1	16,2	56,8	457	10,4
Всего				43,6	44,8	162,3	1236	49,5

Медицинская сестра



Волкова И.В.

Шеф-повар



Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
Иванова Т.В./  
Тулская область,  
г. Тула, ул. Моторостроителей, д. 71

# МЕНЮ

18 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)	7		5,5	0,1	50	0
2008	29	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	7,6	22,8	181	0,5
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
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,8	86	0
<b>Итого</b>			<b>403</b>	<b>8,1</b>	<b>13,5</b>	<b>49,8</b>	<b>355</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	23	0,2		0,6	3	2,3
2008	13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,2	3,3	12,7	96	5,3
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ (БЕЗ СМЕТАНЫ) (аллергики)	180	3,6	6,1	12,7	121	4,7
1994	55	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	11,8	14,1	7,1	202	1,1
2010	22	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,6	2,8	15	101	31,8
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,7		15,3	65	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	45	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>638</b>	<b>22,7</b>	<b>20,8</b>	<b>71,4</b>	<b>568</b>	<b>40,7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	183	5,1	5,7	8,3	106	1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2010	45	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	14,6	10,8	3,8	170	0,1
2010	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ (аллергики)	150/30	11,5	10,8	36,7	290	0,1
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,7	112	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,1	37	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,8	86	0
2008	62	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>599</b>	<b>24,6</b>	<b>19</b>	<b>71,5</b>	<b>558</b>	<b>11,1</b>
<b>Всего</b>				<b>56,4</b>	<b>53,5</b>	<b>212,9</b>	<b>1567</b>	<b>57</b>

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.