

Утверждаю

Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
Махалова Т.В./  
152303, РФ, Ярославская область,  
г. Тутаев, ул. Металлостроителей, д. 71

# МЕНЮ

19 октября 2023 г.

Ясли 12 часов

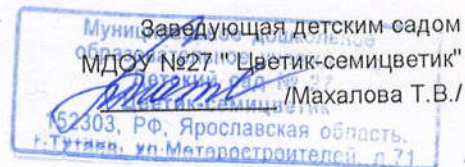
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,7	5,2	16	127	0,4
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,5	4,6	15	121	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,2	0,3	13,5	66	0
Итого			358	12,7	13,1	44,5	351	1,1
<b>II Завтрак</b>								
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
<b>Обед</b>								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	35	0,4	0,1	1,3	8	8,7
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,3	5,6	9,4	105	5,7
2012	46	РЫБА, ТУШЁНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	40	8,7	5,2	4,4	99	1,5
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3	4	18,9	125	9
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,7	71	61,6
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	36					0
Итого			561	16,9	15,1	48,7	408	86,5
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	131	3,5	3,3	14,1	103	1,2
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,5	1	1,7	20	0,3
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,1	9,7	16,3	197	13
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15,2	75	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,2	3,4	13,4	98	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,2	0,3	13,5	66	0
Итого			479	21,5	18,8	74,2	559	15,1
Всего				51,5	47,4	176,7	1363	112,2

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.



## МЕНЮ

19 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,5	6,9	19,1	158	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,2	4,3	17,9	119	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,6	4,6	14,8	120	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,7		11,2	47	0,2
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,8	86	0
<b>Итого</b>			<b>401</b>	<b>15,5</b>	<b>16,4</b>	<b>51,7</b>	<b>419</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	35	0,4	0,1	1,3	8	8,6
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,2	5,6	9,6	105	5,7
2012	46	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	50	12	6,7	6,4	135	2
2010	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	40/40	13	15,5	4,7	209	1,1
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,9	5	23,5	155	11,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	150	2,2	4,5	18,3	123	9,3
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	16,8	82	75,7
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	45	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>24,3</b>	<b>18,2</b>	<b>78,3</b>	<b>586</b>	<b>103,2</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2.5% ЖИРНОСТИ	157	4,2	3,9	16,9	124	1,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,7		11,2	47	0,2
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,9	1,8	3,7	41	0,8
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ (аллергики)	70	1,2	9	10,7	129	2,1
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	13,1	10,6	18,8	223	15
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,7	112	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,8	4,1	15,4	114	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,7		11,2	47	0,2
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,8	86	0
<b>Итого</b>			<b>593</b>	<b>26,4</b>	<b>22,5</b>	<b>95,3</b>	<b>700</b>	<b>17,9</b>
<b>Всего</b>				<b>66,6</b>	<b>57,5</b>	<b>235,1</b>	<b>1752</b>	<b>132,3</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Волкова И.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Ваганова Ю.А.