

Утверждаю

Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"
(Махалова Т.В./
152303, Рф, Ярославская область,
г. Тутаев, ул. Моторостроителей, 71

МЕНЮ

20 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	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	1,3	1,7		21	0
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		3,8		35	0
2010	31	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,3	5,7	19,1	141	0,4
2012	79	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	2,7	2,8	13,3	90	0,5
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,3	0,3	14	68	0
Итого			373	9,6	14,3	46,4	355	0,9
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150			13,3	53	0
Итого			150			13,3	53	0
Обед								
2012	9	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,6	2,2	3,9	39	1,5
2010	15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	3,3	2,6	7,2	67	3,7
2010	52	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	30/40	8,2	8,2	1,8	113	0,5
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,7	3,9	25,7	161	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	150	0,3	0,1	11,4	48	0,9
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	36	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			586	20,6	17,4	66,5	508	6,6
Уплотненный полдник								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2012	39	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,4	4,8	14,4	120	0,6
2016	64	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ЯЙЦОМ	50	5,9	6,7	26	185	0
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1		7,8	32	0,5
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,3	0,3	14	68	0
Итого			578	13,7	12	82,4	491	5,1
Всего				43,9	43,7	208,6	1407	12,6

Медицинская сестра _____

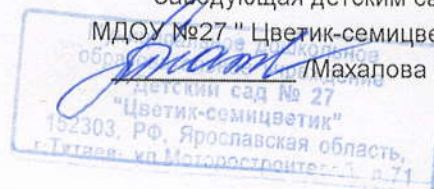
Волкова И.В.

Шеф-повар _____

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ

20 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		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	1,3	1,7		21	0
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	31	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,1	7,4	23	175	0,5
2008	189	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,6	4,2	22,7	136	0
2012	79	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	2,6	2,8	12,9	88	0,5
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	18,5	90	0
Итого			413	11	17,6	54,5	422	1
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			16,2	65	0
Итого			180			16,2	65	0
Обед								
2012	9	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0,8	2,4	4,5	44	1,7
2010	15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	3,4	3,2	7,4	72	3,7
2010	52	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40/40	10,9	11,3	3,1	158	1,1
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,7	5	30,5	194	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0,4	0,1	13,9	60	1,3
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	45	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			665	25,4	22,6	80,1	629	7,8
Уплотненный полдник								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
2012	39	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,3	5,9	17,3	144	0,7
2010	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (аллергики)	180	6,6	4,8	41,6	236	0,3
2016	64	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ЯЙЦОМ	90	9,1	11,9	41,7	312	0,1
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ (аллергики)	100	11,7	13,4	64	423	0,2
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,8	36	0,6
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	18,5	90	0
Итого			688	18,5	18,4	106,5	668	5,4
Всего				54,9	58,6	257,3	1784	14,2

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.