

Утверждаю

Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"
/Махалова Т.В./
г. Уфа, ул. Металлостроителей, в 71

МЕНЮ

23 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		
Завтрак								
			5		4,1		37	0
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)						
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	5,4	18,5	139	0,4
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,1	73	0
Итого			366	6,5	9,8	43,5	289	0,4
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,6	2,5	4,4	43	1,8
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	7,2	1,8	12,6	96	4,6
2012	53	"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/30	13,2	13,2	15,4	233	1,2
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			8,8	36	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	36	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			556	23,5	17,9	57,7	488	7,6
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	139	3,8	3,5	15	110	1,3
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	8,2	10,8	1,6	137	0,1
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,5	111	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,5	3,8	14,7	108	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,1	73	0
2008	60	ФРУКТЫ	123	0,5	0,5	12,1	58	12,3
Итого			553	20	20,6	81	597	14,3
Всего				51	48,5	202,4	1460	26,3

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,4	0,1	49	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	6,1	22,1	163	0,5
2008	189	КАША МАННАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2	4,2	18,6	120	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	41	3,3	0,4	20,1	98	0
Итого			408	8,1	11,9	52,2	350	0,5
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,7	3,6	5,1	56	2,2
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	7,1	1,9	12,5	96	4,5
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	180	4,3	5,7	14,9	128	4,9
2012	53	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	160/50	18,6	18,5	22	328	1,6
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	45	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			665	29,6	24,6	70	620	8,3
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	167	4,5	4,2	18	132	1,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2012	41	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,4	13,7	2	173	0,2
2010	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	190	7,4	18,5	26,6	303	13,6
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	2,5	2,8	37,5	185	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,2	4,5	17	126	0,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	41	3,3	0,4	20,1	98	0
2008	60	ФРУКТЫ	129	0,5	0,5	12,6	61	12,9
Итого			667	25,4	26,1	107,2	775	15,4
Всего				64,1	62,8	249,6	1831	28,2

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.