

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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								
			7	1,6	2,1		26	0
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)					164	0,4
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,8	9,3	16,2	118	0,7
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,5	4,6	14,3	62	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	26	2,1	0,3	12,7	370	1,1
Итого			353	12	16,3	43,2		
II Завтрак								
			200	1	0,2	20,2	86	4
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого								
Обед								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	33	0,4	0,1	1,3	8	8,2
2012	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ	180	7,4	5,6	16,9	148	3,8
2012	56	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	60	5,5	5,4	3,1	85	0,9
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,3	3,8	27,4	161	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,6		13,4	57	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	34	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			577	20,7	15,3	78,6	539	13,1
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	141	4	4,4	6,4	82	0,7
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	50	7,2	6,5	6,5	113	0,4
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,5	4,4	13,9	106	6
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,4	35	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	26	2,1	0,3	12,7	62	0
2008	61	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			612	16,3	16	57,2	443	17,3
Всего				50	47,8	199,2	1438	35,5

Медицинская сестра  Волкова И.В.

Шеф-повар  Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"
(Махалова Т.В.)
152303, Рф, Ярославская область,
г.Тутаев, ул.Матвеевская, д.74

МЕНЮ
25 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		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,3	12,1	17,6	197	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,7	8,3	14,8	139	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,5	4,6	14,3	118	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	34	2,8	0,3	16,9	82	0
Итого			394	13,9	20	48,8	434	1,2
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	33	0,4	0,1	1,3	8	8,2
2012	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ	180	7,2	5,2	15,8	141	3,3
2012	56	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	70	7,1	7,1	3,8	110	1,3
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,2	5,1	33,8	202	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,7		14,8	63	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	43	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			656	23,8	18,1	90,2	625	13
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	169	4,8	5,2	7,8	99	0,9
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	60	8,8	8,1	7,2	136	0,4
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики)	40	4,2	1,1	0,1	27	2,67
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	3,1	5,5	17,4	132	7,6
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗМОЛОЧН. (аллергики)	150	2,2	4,3	16,2	114	7,6
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,4	35	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	34	2,8	0,3	16,9	82	0
2008	61	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			683	20	19,5	67,5	531	19,6
Всего				58,7	57,8	226,7	1676	37,8

Медицинская сестра _____

Волкова И.В.

Шеф-повар _____

Ваганова Ю.А.