

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 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								
			3		2,5		23	0
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)						
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	3,9	5,2	15,7	126	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,6	3,9	15	110	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	32	2,6	0,3	15,9	77	0
Итого			365	10,1	11,9	46,6	336	1
II Завтрак								
			150			7,5	30	0
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,5	30	0
Итого								
Обед								
			70	1	1,6	4	36	17,1
2008	8	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ						
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	3,2	4,9	6,6	90	11,1
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	14,6	5,5	2,8	119	0,8
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,1	3,3	19,4	120	9,3
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14,7	72	67,7
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	34	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			614	24,9	15,9	64	517	106
Уплотненный полдник								
			128	3,4	3,2	13,8	101	1,1
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ						
2010	36	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	70	3,6	5,2	29,4	178	0,2
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	9,9	42	1
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	22	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			410	13,7	13,2	64	433	2,3
Всего				48,7	41	182,1	1316	109,3

Медицинская сестра _____

Волкова И.В.

Шеф-повар _____

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 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								
			4		2,9		26	0
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)						
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,8	6,5	18,9	153	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,6	3,9	15,2	111	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	1,9		13,8	63	0,4
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	44	3,5	0,4	21,4	104	0
Итого			408	11,9	13,7	55,5	394	1,1
II Завтрак								
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,9	36	0
Итого			180			8,9	36	0
Обед								
2008	8	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	70	1	1,3	4	33	17
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	3,2	4,8	6,6	90	11,3
2010	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА М/К БУЛЬОНЕ (БЕЗ СМЕТАНЫ) (аллергики)	180	3,1	5,3	8,4	94	11,5
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	20,1	6,5	3,7	155	1,1
2012	274	МЯСО ГОВЯДИНЫ ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ (аллергики)	60	4,5	7,5	1,6	92	1,2
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,9	3,8	24,3	148	11,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	150	3,4	5,6	21,2	149	10,1
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	17,4	86	80,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	42	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			712	32	17,3	76,7	613	121,4
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	153	4,1	3,8	16,6	121	1,4
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	36	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	80	4,1	6,1	34,9	210	0,2
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	11,9	50	1,2
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,2	0,3	13,8	67	0
Итого			481	15,4	14,8	77,5	509	2,8
Всего				59,3	45,8	218,6	1552	125,3

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.