

Утверждаю

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

МЕНЮ
 30 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								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	27	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,6	6,5	17,6	149	0,6
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,6	35	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			365	7,1	10,9	40,9	292	0,6
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2012	5	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	3,7	2,5	48	1,6
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4	3,4	10,1	88	0,7
2012	49	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60/25	6,1	10,1	7,3	144	0,5
2010	33	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,8	3,4	30,2	163	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,6		12,8	54	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	35					0
Итого			610	14,7	20,6	62,9	497	3
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	141	3,8	3,5	15,3	112	1,3
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,9	5,6	30,8	193	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,4	3,7	13,3	101	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	24	1,9	0,2	11,7	57	0
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	92	9,5
Итого			600	20,3	18	91,4	616	11,4
Всего				43,1	49,7	215,4	1491	19

Медицинская сестра _____

Волкова И.В.

Шеф-повар _____

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,5	0,1	59	0
2008	27	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,4	8,3	21,2	182	0,7
2010	184	КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,9	4,3	17,4	116	0
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,8	36	0
2010	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,8	96	0
Итого			408	8,7	15,2	49,9	373	0,7
II Завтрак								
2008	67	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2012	5	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,5	3,7	3,1	52	2
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МК БУЛЬОНЕ	180	3,8	4,4	9,6	94	0,6
2012	49	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80/50	11,3	17,1	12,1	248	1,2
2010	33	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	4,8	37,7	208	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,7		16,2	68	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	44	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			734	24,1	30,6	99,4	771	4
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	170	4,6	4,2	18,3	134	1,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (аллергики)	19	4,6	5,9		72	0
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	5,7	6,8	37	232	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4,4	15,9	120	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	29	2,3	0,3	14,3	69	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			699	23,1	20,7	106,8	712	12,2
Всего				56,9	66,7	276,3	1942	20,9

Медицинская сестра



Волкова И.В.

Шеф-повар



Ваганова Ю.А.