

Утверждаю

Заведующая детским садом

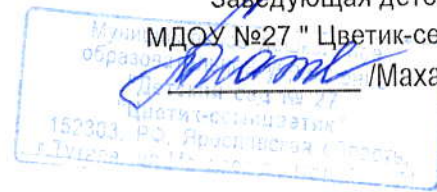
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

/Махалова Т.В./

МЕНЮ

31 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	2,3	3		37	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,2	7,3	16,5	149	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4,4	16,7	124	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	32	2,6	0,3	15,8	77	0
Итого			372	13,2	15	49	387	1,1
II Завтрак								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,6		14,6	62	0,2
Итого			150	0,6		14,6	62	0,2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	4	3	51	15,6
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	190	4,5	5,9	12,8	128	5,6
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	12,1	12,9	21,6	250	10,8
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,6	30	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	38	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			578	19,7	23,2	61,5	539	32
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,6	0,2	15,5	76	73,3
2012	43	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	3,1	3,7	29,4	163	0,2
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15	74	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	32	2,6	0,3	15,8	77	0
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			567	7,8	5,7	85,2	436	83
Всего				41,3	43,9	210,3	1424	116,3

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.
Т. 03. Р.Ф. Ярославская область,
г. Тутаев, ул. Мухоморова, д. 27

МЕНЮ

31 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)	15	3,5	4,5		55	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5	8,5	19,4	174	0,6
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4,4	16,6	123	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	42	3,4	0,4	20,8	101	0
Итого			417	16	17,8	56,8	453	1,3
II Завтрак								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,7		17	72	0,2
Итого			180	0,7		17	72	0,2
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	6,1	4,4	76	23,4
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	190	4,5	5,4	12,7	121	5,6
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	15,1	16,2	26,6	314	13,3
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,1	37	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			678	23,8	28,3	73,5	649	42,3
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,6	0,2	15,3	76	72,3
2012	231	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА И РИСА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	4,1	5,1	40,7	227	0,3
2010	265	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	190	14,8	18,7	38	379	1,4
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,6	111	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	42	3,4	0,4	20,8	101	0
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			652	10,1	7,8	109,4	563	82,6
Всего				50,6	53,9	256,7	1737	126,4

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.