

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 октября 2024 г.

Ясли 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)	5		4,1		37	0
2008	27	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	5,9	14,2	127	0,5
2010	27	КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,1	8,2	16,1	141	0
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	29	2,3	0,3	14,2	69	0
Итого			364	6,3	10,3	37,3	269	0,5
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	140			10,3	41	0
Итого			140			10,3	41	0
Обед								
2012	5	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	2	2,4	32	1,5
2010	19.1	СУП ИЗ ОВОЩЕИ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	3,6	3,2	8,7	78	6,1
2010	19.1	СУП ИЗ ОВОЩЕИ (аллергики)	180	1,5	9,9	9,7	134	7,1
2012	49	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	60/25	6	8,8	6,1	128	0,9
2010	33	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,9	3,6	30,6	167	0
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	11,6	53	35,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	38					0
Итого			613	14	17,7	59,4	458	43,7
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	113	3,1	2,8	12,2	89	1
2008	42	ЯИЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	34,9	204	0
2010	71	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,3	3,6	13,4	99	0,6
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	23	1,8	0,2	11,3	55	0
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	91	9,5
Итого			571	19,9	16,3	92,1	599	11,1
Всего				40,2	44,3	199,1	1367	55,3

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./

МЕНЮ

7 октября 2024 г.

Сад 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		6	0,1	54	0
2008	27	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,5	7,8	16,5	155	0,6
2010	27	КАША БЕЗМОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1	4,1	11,2	86	0
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ	190	0,1		9	37	0
2010	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	38	3	0,4	18,7	91	0
Итого			415	7,6	14,2	44,3	337	0,6
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	170			13	52	0
Итого			170			13	52	0
Обед								
2012	5	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,4	2	2,9	36	1,8
2010	19.1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МК БУЛЬОНЕ	180	3,6	3,1	8,7	78	6,1
2012	49	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80/50	11,1	14,7	11,3	221	1,4
2010	33	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	4,2	37,7	203	0
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	12,7	59	42,5
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	48	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			738	23,2	24,7	94	698	51,8
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	136	3,7	3,4	14,7	107	1,2
2008	42	ЯИЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	5,6	41,6	243	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4,3	15,4	117	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,2	0,3	13,5	66	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			664	22,9	18,6	106,5	690	11,9
Всего				53,7	57,5	257,8	1777	64,3

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.