

Утверждаю

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

МЕНЮ
8 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

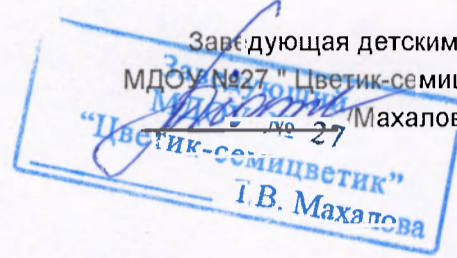
Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,2	7,3	16,5	149	0,4
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧ. "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,5	9,3	21,8	180	0
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4,3	16,1	121	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			370	13	14,9	47,3	378	1,1
II Завтрак								
2008	63	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	91	9,5
Итого			95	1,4	0,5	20	91	9,5
Обед								
2008	8	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	2,1	2,8	32	11,26
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,3	4,2	12	107	5,4
2010	580	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА ОВОЦНОМ М/К Б. (аллергики)	200	2	9,8	21,7	184	6,6
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	10,9	10,4	21,9	225	10,9
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	40	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			570	18,3	17,1	61	475	27,56
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	13,4	64	52,8
2012	43	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫИ МОЛОКОМ	100/20	3,1	3,4	26,5	149	0,2
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (аллергики)	160	7,5	1,9	34,2	184	0,5
2010	74	ЧАИ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			450	6	3,9	54,7	285	53
Всего				38,7	36,4	183	1229	91,16

Медицинская сестра  Волкова И.В.

Шеф-повар  Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом №1
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"
№ 27 Махалова Т.В./



МЕНЮ
8 октября 2024 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	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,9	9	18,6	175	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧ. "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	15,8	119	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,5	94	0
Итого			415	15,6	18,2	53,9	443	1,2
II Завтрак								
2008	63	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
2008	8	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	6,1	4,4	48	16,8
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,2	4,1	12,2	105	5,4
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	13,9	19,1	27,2	337	13,6
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,3	34	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	50	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			670	22,3	29,9	72,8	625	35,8
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	12,5	60	50,7
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	4	4,3	35,2	194	0,3
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	180	11,8	5,1	38,4	247	0
2010	74	ЧАИ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,5	94	0
Итого			520	7,7	4,9	67,4	349	51
Всего				47,1	53,5	215,1	1513	98

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.