

Утверждаю

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

МЕНЮ
10 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
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	6,5	17,4	145	0,4
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	150	2,3	8,4	22,8	174	0
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			370	8,9	9,8	41	289	0,4
II Завтрак								
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Обед								
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОИ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,3	4,4	10,2	99	6
2010	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ (аллергии)	180	1,6	9,9	11,8	143	6
2012	46	РЫБА, ТУШЁНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	40	10,2	3,3	4,8	90	1,6
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,2	4,8	19,4	133	9,2
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	11,6	53	35,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	34					0
Итого			524	18	12,6	46	375	52
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	150	4,1	3,8	16,2	119	1,4
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	0,5	0,9	2,2	22	0,6
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,2	10,2	16,2	200	13,4
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			500	18,3	15,2	58,2	448	15,4
Всего				45,6	38	154,5	1157	77,3

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Шеф-повар _____ Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
10 октября 2024 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
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,9	8,3	19,9	175	0,6
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ	180	0,1		9,2	37	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,5	94	0
Итого			415	11,7	13,2	48,6	361	0,6
II Завтрак								
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,2	4,3	9,8	96	5,9
2012	46	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	60	14,2	4	6,7	120	2,2
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,9	5,4	24,2	161	11,5
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	13,4	62	42,5
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	43	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			613	25,8	14,4	74,8	540	62,1
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	180	4,9	4,5	19,4	142	1,6
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,9	1,8	3,5	41	1,1
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	13	11,2	19,5	232	15,5
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ	180	0,1		8,5	34	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,5	94	0
Итого			590	22,1	17,9	70,4	543	18,2
Всего				60	45,9	203,6	1491	90,9

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Шеф-повар _____ Ваганова Ю.А.