

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 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
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4	6,4	17,3	144	0,4
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧ. ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,3	8,4	22,8	174	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	190	4,8	4,9	15,3	126	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			375	11,2	15,7	47,3	378	1,1
II Завтрак								
2008	61	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	22	0,2		0,5	3	2,2
2012	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ	180	6,7	6,7	14,9	147	4
2012	56	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	60	6,5	6,6	2,5	98	0,9
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,4	3,7	28	163	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,4		11,8	49	0,1
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИЙ"	37	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			569	20,7	17,4	74,2	540	7,2
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	147	4,2	4,6	6,7	85	0,8
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		9,8	39	0
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	50	7,2	6,9	5,5	113	0,4
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,6	4,3	14,5	107	6,4
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		10	41	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			527	16,5	16,1	51,4	417	8,3
Всего				48,8	49,6	182,2	1380	26,1

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Шеф-повар _____ Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		5,5	0,1	50	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	7,5	19,4	165	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,2	4,3	17,9	119	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	190	4,7	4,8	15,5	125	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			417	12,6	18,2	54,5	434	1,2
II Завтрак								
2008	61	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИИ (ПОРЦИЯМИ)	22	0,2		0,5	3	2,2
2012	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ	180	6,4	6,8	13,7	143	3,4
2012	56	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	80	8,5	8,7	3,4	128	1,3
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,4	35,1	202	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,5		13,3	56	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	47	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			659	24,2	20,5	86,7	633	7,1
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	176	4,9	5,4	8,1	103	0,9
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	60	8,7	8,8	6	138	0,4
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,1	5,8	18	138	7,9
1994	75	ЧАИ С ЛИМОНОМ	180	0,1		9,6	40	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,5	94	0
Итого			606	20	20,4	61,2	513	9,9
Всего				57,2	59,5	212,2	1627	28,2

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Шеф-повар _____ Ваганова Ю.А.