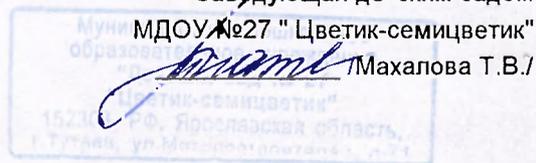


Утверждаю

Заведующая детским садом



МЕНЮ

22 октября 2024 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	29	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,5	6,6	19,9	159	0,4
2008	29	КАША ПШЕННАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,3	8,6	23,3	179	0
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4,4	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	13,3	14,3	50,7	388	1,1
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								
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	4,1	3,9	11,5	101	5,3
2010	580	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА ОВОЩНОМ Б (аллергики)	200	2	9,8	21,7	184	6,6
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	11	10,3	20,9	221	10,4
2010	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫИ (аллергики)	160	6,2	12,5	22,9	229	11,2
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			8,1	32	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	36	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			556	18,2	16,7	59,8	466	26,96
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	13,5	64	51,3
2012	43	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫИ МОЛОКОМ	80/20	3	3	26,1	143	0,2
2010	ТТК	ОВОЩИ С РИСОМ (аллергики)	140	3,3	10,2	24,6	203	4,3
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			430	5,9	3,5	54,4	279	51,5
Всего				37,8	34,9	174,2	1178	89,06

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 октября 2024 г.

Сад 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)	15	3,5	4,5		55	0
2008	29	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,4	8,5	24,3	196	0,5
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	15,9	119	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫИ "УМНИЦА"	39	3,2	0,4	19,4	94	0
Итого			414	16,1	17,7	59,6	464	1,2
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								
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	170	4,2	4,1	11,6	103	5,2
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	13,6	19	26,2	330	13,2
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	33	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	45	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			655	22	29,8	71	615	35,2
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	12,4	60	51,3
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫИ МОЛОКОМ	100/30	4	4,1	35,4	194	0,3
2010	265	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	170	19,6	19,5	28,7	369	1,14
2010	74	ЧАИ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫИ "УМНИЦА"	39	3,2	0,4	19,4	94	0
Итого			499	7,7	4,7	67,4	349	51,6
Всего				46,2	52,6	207,8	1475	98

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Шеф-повар _____ Ваганова Ю.А.