

Утверждаю

Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

Махалова Т.В./

МЕНЮ

24 октября 2024 г.

Ясли 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)	10	2,3	3		37	0
2008	29	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,4	8,1	17,7	162	0,4
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧ. ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,5	9,3	21,8	180	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,7	4,7	15,4	124	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	33	2,7	0,3	16,4	79	0
Итого			373	14,1	16,1	49,5	402	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	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИИ (ПОРЦИЯМИ)	49	0,4		1,2	7	4,9
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОИ НА МК БУЛЬОНЕ	180	4,3	4,1	10,4	97	5,7
2010	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ (аллергики)	180	1,6	9,9	11,8	143	6
2012	46	РЫБА, ТУШЁНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	50	12,4	3,7	4,3	100	1,6
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,2	4,2	19,3	129	9,2
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	12,4	57	40,3
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	37					0
Итого			586	20,6	12,1	47,6	390	61,7
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	126	3,4	3,2	13,6	100	1,1
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		9,8	39	0
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,5	0,5	1,9	15	0,6
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11,2	10,3	17,1	207	13,1
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,3	3,4	14,8	104	0,6
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		9,8	39	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	33	2,7	0,3	16,4	79	0
Итого			459	21,1	17,7	63,8	505	15,4
Всего				56,2	46,3	170,2	1342	87,7

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
24 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 ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,4	9,5	21,7	194	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧ. ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,7	4,7	15,1	123	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	1,9		13,8	63	0,4
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	44	3,5	0,4	21,6	105	0
Итого			419	17,1	19,1	58,4	477	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	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИИ (ПОРЦИЯМИ)	48	0,4		1,2	7	4,8
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,3	4,5	10,3	99	5,7
2012	46	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	70	17,4	4,4	6,5	136	2,4
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4	5,9	24,2	165	11,4
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,4	0,1	13,4	63	45,7
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	46	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			674	29,7	15,5	76,3	571	70
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	152	4,1	3,8	16,4	120	1,4
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	40	0,9	1,1	3,9	32	1,2
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	13,2	11,4	19,7	234	15,3
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	15,9	118	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	44	3,5	0,4	21,6	105	0
Итого			556	25,7	20,9	77,5	609	18,6
Всего				72,9	55,9	222	1704	99,8

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.