

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 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)	6		4,7		43	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,8	6,7	16,7	143	0,4
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,3	8,4	22,8	174	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,6	4,7	14,5	119	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	37	3	0,4	18,2	88	0
Итого			373	11,4	16,5	49,4	393	1,1
II Завтрак								
2008	61	ФРУКТЫ	96	0,4	0,4	9,4	45	9,6
Итого			96	0,4	0,4	9,4	45	9,6
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИИ (ПОРЦИЯМИ)	37	0,3		0,9	5	3,7
2012	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ	180	6,6	7	14,7	148	4
2012	56	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	60	6,7	6,6	3	101	0,9
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,5	3,9	28,3	167	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		13,2	56	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	45	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			592	21,1	17,9	76,6	557	8,8
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	145	4,1	4,5	6,6	84	0,8
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		9,8	39	0
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	60	8,5	10,1	4,8	141	0,4
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,6	4,5	14,7	110	6,5
1994	75	ЧАИ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,6	36	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	37	3	0,4	18,2	88	0
Итого			542	18,3	19,5	52,9	459	8,4
Всего				51,2	54,3	188,3	1454	27,9

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Повар _____ Челнокова А.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 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)	6		5,1		46	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	7	19,7	161	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,2	4,3	17,9	119	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,6	4,7	14,8	122	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	50	4	0,5	24,4	119	0
Итого			416	13,3	17,3	58,9	448	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)	37	0,3		0,9	5	3,7
2012	18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ	180	6,5	7,6	13,9	151	3,5
2012	56	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	80	8,7	8,9	3,5	132	1,3
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	5,1	35	207	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		14,7	62	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	56	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			683	24,7	22,2	88,7	658	8,7
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	174	4,9	5,4	8	101	0,9
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	70	9,8	9,2	6,1	146	0,4
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,2	5,6	18,4	137	8,1
1994	75	ЧАИ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,5	36	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	50	4	0,5	24,4	119	0
Итого			624	22	20,7	65,4	539	10,1
Всего				60,4	60,6	222,8	1692	30

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Повар _____ Челнокова А.А.