

Утверждаю

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
 "МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
 Заведующая детским садом  
 /Махалова Т.В./  
 152300, Рязанская область,  
 г.Рязань, ул.Матросовстроителей, д.71

# МЕНЮ

14 сентября 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,6	2,1		26	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,1	7,2	16,4	148	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	14,9	114	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	38	3	0,4	18,5	90	0
Итого			375	12,7	13,9	49,8	378	1,1
<b>II Завтрак</b>								
2008	63	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,6	30	0
Итого			245	0,4	0,4	16,9	75	9,5
<b>Обед</b>								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	40	0,4	0,1	1,5	10	9,9
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ), МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	3,8	5,4	6	94	7,9
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	12,4	6,4	5,9	130	0,8
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,2	4,2	19,4	128	9,2
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,2	0,2	16,7	71	1,8
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	39	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			589	22,5	16,7	66	513	29,6
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	150	4,1	3,8	16,2	119	1,4
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	36	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	100	5,6	7	40,3	247	0,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		6,6	27	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	24	2	0,2	12	58	0
Итого			464	16,7	15,5	75,4	512	1,6
Всего				52,3	46,5	208,1	1478	41,8

Медицинская сестра



Волкова И.В.

Шеф-повар



Ваганова Ю.А.



Утверждаю

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад №27 "Цветик-семицветик" /Махалова Т.В./

**МЕНЮ**

14 сентября 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,8	7,9	18,1	163	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗ МОЛОКА (аллергии)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	14,7	113	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	50	4	0,5	24,5	119	0
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>15,1</b>	<b>15,6</b>	<b>57,3</b>	<b>432</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,4	38	0
<b>Итого</b>			<b>280</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>19,2</b>	<b>85</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2008	7.1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.)	40	0,4	0,1	1,5	10	10
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ), МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	4	5,4	6,4	95	7,8
2010	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ), МЯСОМ БЕЗ СМЕТАНЫ (аллергии)	180	4,8	10,5	11,8	161	8,1
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	16,1	9,4	7,5	179	1
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,9	5,2	24,1	160	11,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗ МОЛОКА (аллергии)	160	2,4	8,6	19,1	162	9,6
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	19	81	2,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	49	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>679</b>	<b>27,8</b>	<b>20,9</b>	<b>79,2</b>	<b>626</b>	<b>32,3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	150	4,1	3,8	16,2	119	1,4
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,1		9,8	39	0
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (аллергии)	10	2,8	3,6		44	0
2010	36	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	110	5,8	7,4	44,8	268	0,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,9	32	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	32	2,6	0,3	15,9	77	0
<b>Итого</b>			<b>512</b>	<b>17,5</b>	<b>16</b>	<b>85,1</b>	<b>557</b>	<b>1,6</b>
<b>Всего</b>				<b>60,8</b>	<b>52,9</b>	<b>240,8</b>	<b>1700</b>	<b>45,1</b>

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.