

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 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		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	2,3	3		37	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	5,9	18,4	145	0,4
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,9	4,2	14,2	111	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	39	3,1	0,4	18,9	92	0
Итого			354	13,4	13,5	51,5	385	1,1
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	150			14,6	59	0
Итого			150			14,6	59	0
Обед								
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	150	3,5	5,4	7,1	94	4,8
2012	46	РЫБА, ТУШЁНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	50	13,5	6	6,7	135	2,3
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,1	4,9	19,6	135	9,4
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,6	0,2	16,4	80	75,4
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	47					0
Итого			517	20,7	16,5	49,8	444	91,9
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	203	5,5	5,1	21,9	160	1,8
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	0,2	0,6	0,4	10	0,2
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	11	9,9	16,3	197	13,2
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,1	3,3	14	98	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	39	3,1	0,4	18,9	92	0
Итого			532	22,9	19,3	71,5	557	15,8
Всего				57	49,3	187,4	1445	108,8

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Заредующая детским садом

МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

Махалова Т.В./

"Цветик-семицветик"
152303, РФ, Ярославская область,
г.Тутаев, ул.Моторостроителей, д.71

МЕНЮ

21 сентября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. 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)	9	3,5	4,5		55	0
2010	30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	6,7	21,6	166	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,7	4,3	21,2	135	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	160	4	4,1	14,9	114	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	1,9		13,8	63	0,4
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	51	4	0,5	24,8	120	0
Итого			400	16,3	15,8	61,3	455	1,1
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			16,9	68	0
Итого			180			16,9	68	0
Обед								
2010	14	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	180	4,3	6,9	9,6	120	6
2012	46	РЫБА, ТУШЁНАЯ С ОВОЩАМИ В ТОМАТЕ	70	17,9	9,2	8,5	190	3,3
2010	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	40/40	13,2	16	1,3	201	1,1
2012	247	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (БЕЗ ТОМАТА) (аллергики)	70	17,9	10,4	8,7	200	1,8
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,9	4,9	24,4	157	11,7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (БЕЗ МОЛОКА) (аллергики)	150	2,4	4,5	19,6	129	9,9
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,7	0,3	18,3	91	85,8
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	59	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			639	30	21,9	81,5	659	106,8
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	203	5,5	5,1	21,9	160	1,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	1,9		13,8	63	0,4
2012	57	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	40	0,3	1,2	0,9	19	0,5
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ (аллергики)	60	0,4	9,8	6,5	115	1,2
2012	51	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	12,5	10,9	19,2	224	15,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,7	3,9	15,1	111	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	1,9		13,8	63	0,4
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	51	4	0,5	24,8	120	0
Итого			614	26	21,6	81,9	634	18,3
Всего				72,3	59,3	241,6	1816	126,2

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.