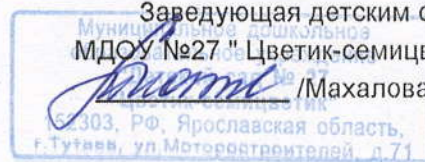


Утверждаю

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



# МЕНЮ

28 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,5		41	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,2	7,3	14,6	141	0,5
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,4	4,7	16,2	125	0,8
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			365	11	16,8	45,5	378	1,3
<b>II Завтрак</b>								
2008	63	ФРУКТЫ	129	0,5	0,5	12,6	61	12,9
Итого			129	0,5	0,5	12,6	61	12,9
<b>Обед</b>								
2008	8	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	1,9	3,3	35	15,4
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ), МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	3,4	5,2	5,9	91	7
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	60/20	10,6	4,9	8,3	119	1,4
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,2	3,7	19,2	124	9
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,9	68	64
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	38	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			628	21,1	16,3	67,1	517	96,8
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	165	4,4	4,1	17,8	130	1,5
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	36	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	110	5,5	6,9	41,3	249	0,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	150	1,7	1,7	10,7	65	0,3
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	20	1,6	0,2	9,8	48	0
Итого			485	18,1	17,4	79,9	553	2
Всего				50,7	51	205,1	1509	113

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.



Утверждаю

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
Махалова Т.В./  
152303, Рф, Ярославская область,  
г.Тутаев, ул.Матросов-строителей, д.71

## МЕНЮ

28 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		6	0,1	54	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,8	8,8	17,3	169	0,6
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	180	1,7	4,9	13,9	107	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,3	4,7	15,9	124	0,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,2		10,1	41	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,4	94	0
<b>Итого</b>			<b>407</b>	<b>12,3</b>	<b>19,9</b>	<b>52,7</b>	<b>441</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	63	ФРУКТЫ	135	0,5	0,5	13,2	64	13,5
<b>Итого</b>			<b>135</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>13,2</b>	<b>64</b>	<b>13,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	8	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,3	2	4,1	41	22,2
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ), МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	3,4	5,4	5,9	91	6,8
2010	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ), МЯСОМ (БЕЗ СМЕТАНЫ) (аллергики)	180	3,3	5,7	7,2	96	7,8
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	80/30	13,7	6,3	10	152	1,7
2012	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ (аллергики)	80	7,7	9,9	5	140	1,2
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4	5	24	157	11,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	150	2,3	4,5	19	126	9,6
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	16,2	80	75,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>748</b>	<b>26,2</b>	<b>19,5</b>	<b>80,9</b>	<b>622</b>	<b>117,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	165	4,4	4,1	17,8	130	1,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,2		10,1	41	0
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	3	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (аллергики)	10	0,1	8,3	0,1	75	0
2010	36	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	110	5,9	7,2	45,2	268	0,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	180	1,9	2	11,7	74	0,4
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	26	2,1	0,3	12,7	62	0
<b>Итого</b>			<b>521</b>	<b>19,2</b>	<b>18,1</b>	<b>87,7</b>	<b>595</b>	<b>2,1</b>
<b>Всего</b>			<b>58,2</b>	<b>58</b>	<b>234,5</b>	<b>1722</b>	<b>134,4</b>	

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Волкова И.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Ваганова Ю.А.