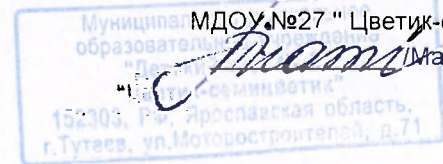


Утверждаю

Заведующая детским садом

МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

Махалова Т.В./



МЕНЮ
10 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4	7,5	16	149	0,4
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧ. (аллергии)	150	2,5	9,3	21,8	180	0
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	15,1	114	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			370	12,7	15	45,8	371	1,1
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫИ	150			13,1	53	0
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,1		9,9	40	0
Итого			150			13,1	53	0
Обед								
2008	8	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	2,1	2,8	32	11,26
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,1	3,8	12,2	101	5,3
2010	580	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА ОВОЩНОМ Б. (аллергии)	190	2	9,8	21,7	184	6,6
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	9,8	10,9	21,1	221	10,5
2010	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫИ (аллергии)	160	6,3	12,5	22,9	229	11,21
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			8,3	33	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	40	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			570	17	17,2	60,9	467	27,06
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	12,3	57	37,7
2012	43	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫИ МОЛОКОМ	110/20	3,8	4,5	29	171	0,2
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ (аллергии)	160	6	11,3	37,2	274	0
2010	74	ЧАИ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	63	ФРУКТЫ	96	0,4	0,4	9,4	45	9,6
Итого			556	7	5,3	65,6	345	47,5
Всего				36,7	37,5	185,4	1236	75,66

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Шеф-повар _____ Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

62003, Рф, Ярославская область,
г. Тутаев, ул. Моторостроителей, д. 71

МЕНЮ

10 сентября 2024 г.

Сад 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)	15	3,5	4,5		55	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,8	6,7	18,5	154	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	16,6	120	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,6	95	0
Итого			415	15,5	15,8	54,7	424	1,2
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			15,4	61	0
Итого			180			15,4	61	0
Обед								
2008	8	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	6,1	4,4	48	16,8
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА МК БУЛЬОНЕ	180	4	3,4	11,7	94	5,2
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12	18,9	26,6	325	13,2
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,1	37	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	50	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			670	20,2	29	72,5	605	35,2
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	10,9	51	38
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	4,5	4,7	38,9	215	0,3
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ (аллергики)	180	9,1	7,3	46	285	0
2010	74	ЧАИ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,6	95	0
2008	63	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			620	8,5	5,6	79,4	409	48,3
Всего				44,2	50,4	222	1499	84,7

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.