

Утверждаю

Заредующая детским садом

МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

Махалова Т.В./

## МЕНЮ

18 сентября 2024 г.

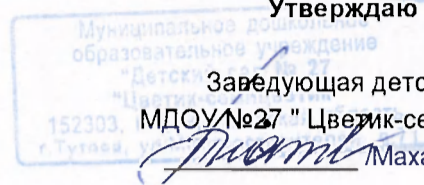
Ясли 12 часов

| 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 |                                |                |
| <b>Завтрак</b>             |               |  |            |                   |             |              |                                |                |
| 2010                       | 3             | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                     | 5          |                   | 4,1         |              | 37                             | 0              |
| 2010                       | 35            | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                       | 150        | 4                 | 6,1         | 16,8         | 139                            | 0,4            |
| 2008                       | 189           | КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)        | 150        | 2,3               | 8,4         | 22,8         | 174                            | 0              |
| 2010                       | 78            | КАКАО С МОЛОКОМ                                      | 180        | 4,8               | 4,8         | 14,9         | 124                            | 0,7            |
| 2010                       | 66            | ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)                            | 180        | 0,1               |             | 9,9          | 40                             | 0              |
| 2008                       | 1             | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"                | 24         | 1,9               | 0,2         | 11,7         | 57                             | 0              |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>359</b> | <b>10,7</b>       | <b>15,2</b> | <b>43,4</b>  | <b>357</b>                     | <b>1,1</b>     |
| <b>II Завтрак</b>          |               |  |            |                   |             |              |                                |                |
| 2008                       | к/к           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                          | 150        |                   |             | 7,3          | 29                             | 0              |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>150</b> |                   |             | <b>7,3</b>   | <b>29</b>                      | <b>0</b>       |
| <b>Обед</b>                |               |  |            |                   |             |              |                                |                |
| 2008                       | 7             | ОГУРЕЦ СВЕЖИИ (ПОРЦИЯМИ)                             | 30         | 0,2               |             | 0,7          | 4                              | 3              |
| 2012                       | 18            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ | 180        | 6,7               | 5,2         | 15           | 134                            | 4              |
| 2012                       | 56            | ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ                     | 60         | 6,5               | 6,5         | 2,8          | 98                             | 1              |
| 2010                       | 40            | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                          | 120        | 4,4               | 3,5         | 28,2         | 163                            | 0              |
| 2008                       | 76            | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                     | 150        | 0,5               |             | 11,7         | 49                             | 0,2            |
| 2008                       | 2             | ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"                              | 32         | 2,5               | 0,4         | 16,5         | 80                             | 0              |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>572</b> | <b>20,8</b>       | <b>15,6</b> | <b>74,9</b>  | <b>528</b>                     | <b>8,2</b>     |
| <b>Уплотненный полдник</b> |               |  |            |                   |             |              |                                |                |
| 2008                       | 77            | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                     | 151        | 4,3               | 4,7         | 6,9          | 88                             | 0,8            |
| 2010                       | 66            | ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)                            | 150        | 0,1               |             | 9,8          | 39                             | 0              |
| 2008                       | 47            | СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"                         | 50         | 7,4               | 7,4         | 4,8          | 114                            | 0,4            |
| 1994                       | 330/2         | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (аллергики)               | 80         | 13,7              | 19,9        | 1,4          | 239                            | 1,1            |
| 2012                       | 25            | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ                         | 120        | 2,6               | 4,5         | 14,9         | 111                            | 6,5            |
| 2012                       | 322           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)   | 120        | 1,9               | 19,7        | 13,4         | 238                            | 6,2            |
| 1994                       | 75            | ЧАИ С ЛИМОНОМ  | 180        | 0,1               |             | 8,7          | 36                             | 0,7            |
| 2008                       | 1             | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"                | 24         | 1,9               | 0,2         | 11,7         | 57                             | 0              |
| 2008                       | 61            | ФРУКТЫ   | 95         | 1,4               | 0,5         | 20           | 92                             | 9,5            |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>620</b> | <b>17,7</b>       | <b>17,3</b> | <b>67</b>    | <b>498</b>                     | <b>17,9</b>    |
| <b>Всего</b>               |               |  |            | <b>49,2</b>       | <b>48,1</b> | <b>192,6</b> | <b>1412</b>                    | <b>27,2</b>    |

Медицинская сестра  Еблкова И.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Ваганова Ю.А.

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
18 сентября 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  |                               |               |
| <b>Завтрак</b>             |               |  |            |                   |             |              |                               |               |
| 2010                       | 3             | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                     | 7          |                   | 5,7         | 0,1          | 52                            | 0             |
| 2010                       | 35            | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                       | 180        | 4,6               | 7,5         | 19,7         | 166                           | 0,5           |
| 2008                       | 189           | КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)        | 180        | 2,2               | 4,3         | 17,9         | 119                           | 0             |
| 2010                       | 78            | КАКАО С МОЛОКОМ                                      | 180        | 4,5               | 4,6         | 15,7         | 124                           | 0,7           |
| 2010                       | 66            | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                            | 180        | 0,1               |             | 9,9          | 40                            | 0             |
| 2008                       | 1             | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"                | 31         | 2,5               | 0,3         | 15,3         | 74                            | 0             |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>398</b> | <b>11,6</b>       | <b>18,1</b> | <b>50,8</b>  | <b>416</b>                    | <b>1,2</b>    |
| <b>II Завтрак</b>          |               |  |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008                       | к/к           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                          | 180        |                   |             | 8,8          | 35                            | 0             |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>180</b> |                   |             | <b>8,8</b>   | <b>35</b>                     | <b>0</b>      |
| <b>Обед</b>                |               |  |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008                       | 7             | ОГУРЕЦ СВЕЖИИ (ПОРЦИЯМИ)                             | 30         | 0,2               |             | 0,8          | 4                             | 3             |
| 2012                       | 18            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ | 180        | 6,5               | 6,5         | 14,1         | 142                           | 3,5           |
| 2012                       | 56            | ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ                     | 80         | 8,5               | 8,8         | 3,5          | 129                           | 1,3           |
| 2010                       | 40            | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                          | 150        | 5,4               | 4,5         | 35           | 202                           | 0             |
| 2008                       | 76            | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                     | 180        | 0,5               |             | 13,8         | 58                            | 0,2           |
| 2008                       | 2             | ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИИ"                              | 40         | 3,2               | 0,6         | 20,7         | 101                           | 0             |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>660</b> | <b>24,3</b>       | <b>20,4</b> | <b>87,9</b>  | <b>636</b>                    | <b>8</b>      |
| <b>Уплотненный полдник</b> |               |  |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008                       | 77            | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                     | 181        | 5                 | 5,6         | 8,2          | 105                           | 1             |
| 2010                       | 66            | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                            | 180        | 0,1               |             | 9,9          | 40                            | 0             |
| 2008                       | 47            | СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"                         | 60         | 8,6               | 7,5         | 5,2          | 122                           | 0,4           |
| 2012                       | 25            | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ                         | 150        | 3,2               | 4,9         | 18,6         | 132                           | 8,2           |
| 1994                       | 75            | ЧАЙ С ЛИМОНОМ  | 180        | 0,1               |             | 8,5          | 35                            | 0,7           |
| 2008                       | 1             | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"                | 31         | 2,5               | 0,3         | 15,3         | 74                            | 0             |
| 2008                       | 61            | ФРУКТЫ   | 100        | 1,5               | 0,5         | 21           | 96                            | 10            |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>702</b> | <b>20,9</b>       | <b>18,8</b> | <b>76,8</b>  | <b>564</b>                    | <b>20,3</b>   |
| <b>Всего</b>               |               |  |            | <b>56,8</b>       | <b>57,3</b> | <b>224,3</b> | <b>1651</b>                   | <b>29,5</b>   |

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

Шеф-повар \_\_\_\_\_ Ваганова Ю.А.