

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,6	2,1		26	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,1	7,2	16,3	147	0,4
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	150	2,5	9,3	21,8	180	0
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	15,9	118	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫИ "УМНИЦА"	27	2,2	0,3	13,3	64	0
Итого			364	11,9	13,8	45,5	355	1,1
II Завтрак								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		12,7	53	0,2
Итого			150	0,5		12,7	53	0,2
Обед								
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОИ) НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,1	5,6	7,5	103	8,5
2010	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОИ) НА ОВОЩНОМ Б. (аллергики)	180	2,7	8,2	14,2	142	10
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫИ НАТУРАЛЬНЫИ	50	10,2	3,9	4,8	95	0,7
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,2	4,2	19,4	130	9,1
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	130	2	8,5	15,5	145	7,8
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	11,6	53	35,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИЙ"	28	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			528	20,3	14,2	59,8	461	53,5
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	150	4,1	3,8	16,2	119	1,4
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		9,8	39	0
2008	42	ЯИЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	36	МАННЫИ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	90	5,4	5,6	40,7	234	0,2
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ	150	0,1		7,9	32	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫИ "УМНИЦА"	18	1,4	0,2	8,8	43	0
Итого			448	15,9	14,1	73,9	489	1,6
Всего				48,6	42,1	191,9	1358	56,4

Медицинская сестра _____

Волкова И.В.

Шеф-повар _____

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 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)	10	2,3	3		37	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5	8,8	19,2	176	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15,1	115	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫИ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,6	85	0
Итого			406	14,1	16,4	51,9	413	1,2
II Завтрак								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		13,9	59	0,2
Итого			180	0,6		13,9	59	0,2
Обед								
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОИ) НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4	6,2	7,4	106	8,7
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫИ НАТУРАЛЬНЫИ	70	13,8	4,5	6,4	121	1
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	4,1	6,5	24,1	171	11,3
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	13,5	62	41,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИИ"	35	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			625	25,4	17,9	72,1	561	62,8
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	180	4,9	4,5	19,4	142	1,6
2008	42	ЯИЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	36	МАННЫИ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	110	6,3	6,4	50,1	282	0,2
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ	180	0,1		9,1	37	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫИ "УМНИЦА"	23	1,9	0,2	11,5	56	0
Итого			533	18,1	15,6	90,4	578	1,8
Всего				58,2	49,9	228,3	1611	66

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.