

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 января 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4	5,4	17,3	134	0,5
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,2	74	0
Итого			366	6,6	9,8	42,4	285	0,5
II Завтрак								
2010	68.1	КОМПОТ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ	150					0
Итого			150					0
Обед								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,6	3	4,7	48	1,9
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,8	2,1	12,1	95	4,4
2012	53	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	120/30	12,8	13,6	15,4	235	1,4
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	38	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			558	22,7	19,1	56,5	489	7,7
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	148	4	3,7	16	117	1,3
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,5	111	0
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160/20	10,4	11,5	37	294	0,2
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	3,3	3,5	13,5	100	0,6
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,2	74	0
Итого			539	21,7	20,7	104,2	696	2,1
Всего				51	49,6	203,1	1470	10,3

Медицинская сестра _____

Волкова И.В.

Шеф-повар _____

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 января 2024 г.

Сад 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		6	0,1	54	0
2008	32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,7	6,5	20,5	160	0,6
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,3	38	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	41	3,3	0,4	20,3	99	0
Итого			408	8,1	12,9	50,2	351	0,6
II Завтрак								
2010	68.1	КОМПОТ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180					0
Итого			180					0
Обед								
2010	10	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,7	3,6	5	56	2,2
2012	16	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	6,7	2,1	11,7	94	4,4
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, МЯСОМ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	180	4,3	7,1	17	150	4,9
2012	53	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ	160/50	18,1	18,7	21,4	325	1,5
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	32	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			668	28,7	25	66,9	608	8,1
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	177	4,8	4,4	19,1	140	1,6
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	10,4	10,8	36,9	287	0,2
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	2,5	2,8	37,5	185	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	15,8	118	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	41	3,3	0,4	20,3	99	0
Итого			628	25	22,7	129,6	829	2,5
Всего				61,8	60,6	246,7	1788	11,2

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Шеф-повар _____ Ваганова Ю.А.