

Утверждаю

Заведующая детским садом

МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

/Махалова Т.В./

МЕНЮ

10 января 2024 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		
Завтрак								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	6,7	16,5	143	0,4
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,9	4,9	15,3	126	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			365	11,2	16	46,5	377	1,1
II Завтрак								
2010	68.1	КОМПОТ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150					0
Итого			150					0
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	39	0,3		1	5	3,9
2008	13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,4	4,2	12,3	105	5,3
1994	55	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	50	8,8	13,5	2,6	165	1
2010	22	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	120	2,6	3	11,9	87	24,9
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,6		13,2	56	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	39	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			578	18,2	21,1	57,5	498	35,3
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	155	4,4	4,9	7,1	90	0,8
2008	44	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ	110/20	4,1	5,3	27,5	173	0,2
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	61	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			560	11,4	10,9	58,8	380	10,5
Всего				40,8	48	162,8	1255	46,9

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./

МЕНЮ

10 января 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		
Завтрак								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,3	0,1	57	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	7,9	19,7	169	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,2	4,3	17,9	119	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,8	4,9	15,5	126	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,8	96	0
Итого			408	12,8	19,5	55,1	448	1,2
II Завтрак								
2010	68.1	КОМПОТ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180					0
Итого			180					0
Обед								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	39	0,3		1	5	3,9
2008	13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,5	4,2	13	109	5,3
1994	55	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	11,7	15,4	2,8	195	1,3
2010	22	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,2	3,4	13,7	100	31,1
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,7		15,1	64	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			647	22,6	23,6	66,3	574	41,8
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	186	5,2	5,7	8,4	108	1
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	44	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/30	5,5	7,3	36,5	234	0,4
2010	265	ПЛОВ ИЗ КУРЫ (аллергики)	170	11,2	20,6	41,7	396	1,7
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,8	96	0
2008	61	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			666	14,4	13,8	74,7	486	11,4
Всего				49,8	56,9	196,1	1508	54,4

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.