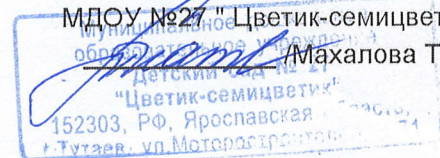


Утверждаю

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



МЕНЮ

23 января 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)	6	1,6	2,1		26	0
2010	35	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,7	4,6	21,2	145	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,1	4,3	15,3	117	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
Итого			366	12,8	11,3	51,2	359	1,1
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	140			10,6	43	0
Итого			140			10,6	43	0
Обед								
2012	17	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4	4,6	9,5	98	5,9
2012	58	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,4	1,4	3,6	28	0,6
2008	24	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	10,5	11,9	21,8	236	9,8
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			8,1	32	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	41					0
Итого			531	14,9	17,9	43	394	16,3
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	11,2	51	29,3
2008	44	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110/20	3,7	7,1	23,8	174	0,3
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	60	ФРУКТЫ	96	1,4	0,5	20,1	92	9,6
Итого			556	7,8	8	69,9	389	39,2
Всего				35,5	37,2	174,7	1185	56,6

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Шеф-повар _____ Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение "Цветик-семицветик" Махалова Т.В./
"Цветик-семицветик"
152303, РФ, Ярославская область,
г. Тутаев, ул. Металлургов, д.71

МЕНЮ

23 января 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
2010	35	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,2	5,7	23,4	167	0,5
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ (аллергики)	180	10,3	6,7	51,5	307	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,3	16,3	121	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	20,1	97	0
Итого			411	14,8	13,4	59,8	422	1,2
II Завтрак								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	170			12,5	50	0
Итого			170			12,5	50	0
Обед								
2012	17	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4	5,2	9,3	103	5,9
2012	58	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,5	1,6	3,9	33	1,5
2012	56	БОРЩ НА М/К БУЛЬОНЕ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	180	4,2	7,3	13,7	137	7
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180	14,9	19	32	359	14,6
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,3	33	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	51	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			641	22,6	26,4	74,2	629	22
Уплотненный полдник								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	10,8	49	31,1
2008	44	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	4,2	8,6	30,1	213	0,4
2010	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (аллергики)	180	6,5	13,8	40,1	310	2,9
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	41	3,3	0,4	20,1	97	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			621	9,3	9,6	82,2	456	41,5
Всего				46,7	49,4	228,7	1557	64,7

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Шеф-повар _____ Ваганова Ю.А.