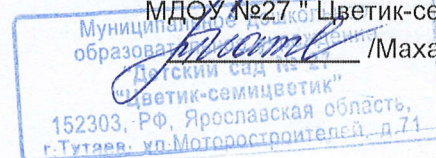


Утверждаю

Заведующая детским садом

МДОУ №27 "Цветик-семицветик"



/Махалова Т.В./

МЕНЮ

25 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	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,6	2,1		26	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,2	6,7	17,3	147	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	16,9	122	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	38	3	0,4	18,7	90	0
Итого			376	12,8	13,4	52,9	385	1,1
II Завтрак								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3		10,8	44	0,1
Итого			150	0,3		10,8	44	0,1
Обед								
2008	6	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	48	0,4		0,8	6	2,4
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4	5,3	6,9	93	8,2
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	14,7	7,4	3,8	140	0,7
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,1	4,7	19,3	132	9,2
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	10,6	47	26,4
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	43	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			611	24,9	17,9	57,9	498	46,9
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	146	3,9	3,7	15,8	115	1,3
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	36	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	110	6,3	8	43,9	271	0,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		8	32	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	24	1,9	0,2	11,8	57	0
Итого			470	17,1	16,4	79,8	536	1,5
Всего				55,1	47,7	201,4	1463	49,6

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Шеф-повар _____ Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

Махалова Т.В./

МЕНЮ

25 января 2024 г.

Сад 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		
Завтрак								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,9	9,1	19,1	179	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергии)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	16	118	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	49	3,9	0,5	24,2	117	0
Итого			419	15,1	16,8	59,3	451	1,2
II Завтрак								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		12,7	53	0,1
Итого			180	0,4		12,7	53	0,1
Обед								
2008	6	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	46	0,4		0,8	6	2,3
2010	19	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА М/К БУЛЬОНЕ	180	3,8	4,8	6,1	85	8
1994	48	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	19,9	8,9	5,7	181	1,1
2010	52	ПОДЛИВА ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	40/40	13,3	15,5	5,5	214	2
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,9	5,2	23,6	158	11,2
2008	23	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗМОЛОЧ. (аллергии)	150	2,2	4,5	18,5	124	9,4
2017	73	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	11,5	52	28,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	53	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			699	31,4	19,6	68,4	583	50,7
Уплотненный полдник								
2010	70	СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	174	4,7	4,4	18,8	138	1,6
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,1		9,9	40	0
2008	42	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (аллергии)	19	4,6	5,9		72	0
2010	36	МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ	120	6,3	9	51	307	0,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,4	34	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	32	2,6	0,3	15,8	77	0
Итого			546	18,6	18,2	94,3	617	1,8
Всего				65,5	54,6	234,7	1704	53,8

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.