

Утверждаю

Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
Махалова Т.В./  
152303, РФ, Ярославская область,  
г. Тутаев, ул. Моторостроителей, д.71

# МЕНЮ

31 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		
<b>Завтрак</b>								
			6		4,6		42	0
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)						
2008	29	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,4	6,6	20,4	159	0,4
1994	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,9	37	0,8
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	27	2,1	0,3	13,1	64	0
Итого			363	6,6	11,5	42,4	302	1,2
<b>II Завтрак</b>								
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,6	30	0
Итого			150			7,6	30	0
<b>Обед</b>								
2008	13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,1	3,3	12,5	95	5,4
1994	55	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	50	9,8	11,8	6	169	0,7
2010	22	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	120	2,7	2,2	11,5	80	25,3
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3		10,9	45	0,1
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	39					0
Итого			539	15,9	17,3	40,9	389	31,5
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,3	4,7	6,9	88	0,8
2010	45	РЫБА, ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	15,2	8,6	4,5	158	0,2
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,7	31	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	27	2,1	0,3	13,1	64	0
2008	62	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			493	22,1	14	41,5	386	10,5
Всего				44,6	42,8	132,4	1107	43,2

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Волкова И.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Ваганова Ю.А.

Утверждаю

Муниципальное дошкольное  
образовательное учреждение  
Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
152363, Рязанская область, г. Рязань,  
ул. Строителей, д. 71  
Махалова Т.В./

# МЕНЮ

31 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,3	0,1	57	0
2008	29	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,3	8,3	24	192	0,5
2017	6.1	КАША ПШЕННАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	3,9	4,9	23,7	155	0
2010	75	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		9,4	39	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,6	85	0
<b>Итого</b>			<b>404</b>	<b>8,3</b>	<b>15</b>	<b>51,1</b>	<b>373</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,1	36	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>			<b>9,1</b>	<b>36</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,4	3,7	13,3	103	5,6
2008	13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ (аллергики)	180	3,1	6,4	13,9	127	5,4
1994	55	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	12,4	15	7,1	213	1,1
2010	22	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,5	2,9	14,9	101	31
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		12,8	53	0,1
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>608</b>	<b>22,9</b>	<b>22,2</b>	<b>68,8</b>	<b>571</b>	<b>37,8</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	182	5,1	5,6	8,2	106	1
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2010	45	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	17,8	9,6	4,8	177	0,3
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С КУРОЙ (аллергики)	180	8,5	8,1	27,5	218	0,1
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9	36	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	36	2,9	0,4	17,6	85	0
2008	62	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>578</b>	<b>26,3</b>	<b>16</b>	<b>49,4</b>	<b>451</b>	<b>11,3</b>
<b>Всего</b>				<b>57,5</b>	<b>53,2</b>	<b>178,4</b>	<b>1431</b>	<b>50,3</b>

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.