

Утверждаю

Заведующая детским садом

МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

*Махалова Т.В.*

"Цветик-семицветик"  
152303, Р.Ф. Ярославская область,  
г. Тутаев, ул. Интернациональная, д. 71

# МЕНЮ

15 января 2025 г.

## Ясли 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)                                     | 6          |                   | 5,1         |              | 46                             | 0              |
| 2010                       | 35            | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                       | 150        | 3,8               | 6           | 16,7         | 137                            | 0,4            |
| 2008                       | 189           | КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)        | 150        | 2,3               | 8,4         | 22,8         | 174                            | 0              |
| 2010                       | 78            | КАКАО С МОЛОКОМ                                      | 180        | 4,4               | 4,6         | 15,2         | 120                            | 0,7            |
| 2010                       | 66            | ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)                            | 180        | 0,1               |             | 9,9          | 40                             | 0              |
| 2008                       | 1             | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"                | 27         | 2,2               | 0,3         | 13,2         | 64                             | 0              |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>363</b> | <b>10,4</b>       | <b>16</b>   | <b>45,1</b>  | <b>367</b>                     | <b>1,1</b>     |
| <b>II Завтрак</b>          |               |  |            |                   |             |              |                                |                |
| 2008                       | 61            | ФРУКТЫ   | 95         | 0,4               | 0,4         | 9,3          | 45                             | 9,5            |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>95</b>  | <b>0,4</b>        | <b>0,4</b>  | <b>9,3</b>   | <b>45</b>                      | <b>9,5</b>     |
| <b>Обед</b>                |               |  |            |                   |             |              |                                |                |
| 2012                       | 18            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ), КУРОЙ | 180        | 6,2               | 3           | 14,9         | 112                            | 3,9            |
| 1994                       | 55            | ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ                                | 50         | 11                | 13,1        | 5,6          | 183                            | 0,9            |
| 2010                       | 40            | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                          | 120        | 4,4               | 4,8         | 27,8         | 173                            | 0              |
| 2008                       | 76            | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                     | 150        | 0,4               |             | 11,3         | 47                             | 0,1            |
| 2008                       | 2             | ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИЙ"                              | 34         | 2,5               | 0,4         | 16,5         | 80                             | 0              |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>534</b> | <b>24,5</b>       | <b>21,3</b> | <b>76,1</b>  | <b>595</b>                     | <b>4,9</b>     |
| <b>Уплотненный полдник</b> |               |  |            |                   |             |              |                                |                |
| 2008                       | 77            | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                     | 151        | 4,3               | 4,7         | 6,9          | 88                             | 0,8            |
| 2010                       | 66            | ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)                            | 150        | 0,1               |             | 9,8          | 39                             | 0              |
| 2008                       | 47            | СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"                         | 50         | 7                 | 5,7         | 4,8          | 98                             | 0,4            |
| 2008                       | 307           | ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики)                           | 30         | 8,5               | 2,2         | 0,2          | 55                             | 5,4            |
| 2012                       | 25            | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ                         | 120        | 2,6               | 4,8         | 14,4         | 112                            | 6,2            |
| 1994                       | 75            | ЧАИ С ЛИМОНОМ  | 180        | 0,1               |             | 9,2          | 38                             | 0,7            |
| 2008                       | 1             | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"                | 27         | 2,2               | 0,3         | 13,2         | 64                             | 0              |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>528</b> | <b>16,2</b>       | <b>15,5</b> | <b>48,5</b>  | <b>400</b>                     | <b>8,1</b>     |
| <b>Всего</b>               |               |  |            | <b>51,5</b>       | <b>53,2</b> | <b>179</b>   | <b>1407</b>                    | <b>23,6</b>    |

Медицинская сестра

*Волкова И.В.*

Повар

*Челнокова А.А.*

Утверждаю

Заведующая детским садом

МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

/Махалова Т.В./

# МЕНЮ

15 января 2025 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  |                               |               |
| <b>Завтрак</b>             |               |  |            |                   |             |              |                               |               |
| 2010                       | 3             | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                     | 8          |                   | 6,3         | 0,1          | 57                            | 0             |
| 2010                       | 35            | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                       | 180        | 4,7               | 7,9         | 19,9         | 171                           | 0,5           |
| 2008                       | 189           | КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)        | 180        | 2,2               | 4,3         | 17,9         | 119                           | 0             |
| 2010                       | 78            | КАКАО С МОЛОКОМ                                      | 180        | 4,5               | 4,6         | 15,1         | 120                           | 0,7           |
| 2010                       | 66            | ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)                            | 180        | 0,1               |             | 9,9          | 40                            | 0             |
| 2008                       | 1             | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"                | 36         | 2,9               | 0,4         | 17,5         | 85                            | 0             |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>404</b> | <b>12,1</b>       | <b>19,2</b> | <b>52,6</b>  | <b>433</b>                    | <b>1,2</b>    |
| <b>II Завтрак</b>          |               |  |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008                       | 61            | ФРУКТЫ   | 100        | 0,4               | 0,4         | 9,8          | 47                            | 10            |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>100</b> | <b>0,4</b>        | <b>0,4</b>  | <b>9,8</b>   | <b>47</b>                     | <b>10</b>     |
| <b>Обед</b>                |               |  |            |                   |             |              |                               |               |
| 2012                       | 18            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ | 180        | 6,2               | 3           | 14,2         | 110                           | 3,4           |
| 1994                       | 55            | ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ                                | 70         | 14,6              | 16,9        | 7,5          | 241                           | 1,1           |
| 2010                       | 40            | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                          | 150        | 5,4               | 5,7         | 34,7         | 212                           | 0             |
| 2008                       | 76            | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                                     | 180        | 0,5               |             | 13,2         | 55                            | 0,2           |
| 2008                       | 2             | ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"                              | 42         | 3,2               | 0,6         | 20,7         | 101                           | 0             |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>622</b> | <b>29,9</b>       | <b>26,2</b> | <b>90,3</b>  | <b>719</b>                    | <b>4,7</b>    |
| <b>Уплотненный полдник</b> |               |  |            |                   |             |              |                               |               |
| 2008                       | 77            | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                     | 181        | 5                 | 5,6         | 8,2          | 105                           | 1             |
| 2010                       | 66            | ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)                            | 180        | 0,1               |             | 9,9          | 40                            | 0             |
| 2008                       | 47            | СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"                         | 60         | 8,7               | 6,5         | 5,7          | 114                           | 0,4           |
| 2008                       | 307           | ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики)                           | 40         | 11,2              | 2,9         | 0,3          | 73                            | 7,17          |
| 2012                       | 25            | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ                         | 150        | 3,1               | 5,3         | 17,9         | 133                           | 7,9           |
| 1994                       | 75            | ЧАИ С ЛИМОНОМ  | 180        | 0,1               |             | 8,6          | 36                            | 0,7           |
| 2008                       | 1             | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"                | 36         | 2,9               | 0,4         | 17,5         | 85                            | 0             |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>607</b> | <b>19,8</b>       | <b>17,8</b> | <b>57,9</b>  | <b>473</b>                    | <b>10</b>     |
| <b>Всего</b>               |               |  |            | <b>62,2</b>       | <b>63,6</b> | <b>210,6</b> | <b>1672</b>                   | <b>25,9</b>   |

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Повар

Челнокова А.А.