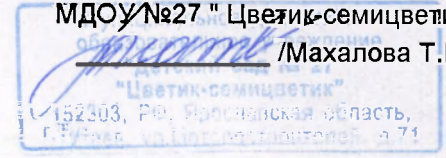


Утверждаю

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



# МЕНЮ

21 января 2025 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4	7,5	16	149	0,4
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧ. (аллергики)	150	2,5	9,3	21,8	180	0
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	15,8	118	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,1	73	0
<b>Итого</b>			<b>371</b>	<b>12,8</b>	<b>15</b>	<b>46,9</b>	<b>377</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	63	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	19,9	91	9,5
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>1,4</b>	<b>0,5</b>	<b>19,9</b>	<b>91</b>	<b>9,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	8	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	2,1	2,8	32	11,26
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	90	4,2	3,8	11,3	99	5,2
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	11	9,9	20,7	217	10,4
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,5	30	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	38	2,5	0,4	16,5	80	0
<b>Итого</b>			<b>478</b>	<b>18,3</b>	<b>16,2</b>	<b>58,8</b>	<b>458</b>	<b>26,86</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	13,2	64	54,2
2012	43	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/20	2,8	3	26,1	142	0,2
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (аллергики)	150	7,5	1,9	43,8	222	0,5
2010	74	ЧАИ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	31	2,5	0,3	15,1	73	0
<b>Итого</b>			<b>451</b>	<b>5,8</b>	<b>3,5</b>	<b>54,5</b>	<b>280</b>	<b>54,4</b>
<b>Всего</b>				<b>38,3</b>	<b>35,2</b>	<b>180,1</b>	<b>1206</b>	<b>91,86</b>

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Повар

Челнокова А.А.

Утверждаю

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

152303, Р.Ф., Ярославская область,  
Тутаев, ул. Мухоморова, д. 71

# МЕНЮ

21 января 2025 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	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55	0
2008	28	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,9	9,1	19,2	178	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧ. "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,4	5,2	16,9	124	0
2010	71	КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4	4,2	16	118	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	42	3,3	0,4	20,4	99	0
Итого			417	15,7	18,2	55,6	450	1,2
<b>II Завтрак</b>								
2008	63	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
<b>Обед</b>								
2008	8	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	6,1	4,4	48	16,8
2010	12	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	90	4,2	4,2	11,7	104	5,3
2010	50	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	13,5	12,5	25,3	268	12,6
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,1	37	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИИ"	47	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			567	21,9	23,4	71,2	558	34,7
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	12,9	62	52,2
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	4,1	4,1	36,3	198	0,3
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (аллергики)	180	8,6	2,2	39,2	211	0,4
2010	74	ЧАИ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	42	3,3	0,4	20,4	99	0
Итого			522	7,9	4,7	69,8	360	52,5
Всего				47	46,8	217,6	1464	98,4

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Повар

Челнокова А.А.