Утверждаю

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

МЕНЮ

22 января 2025 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	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5		45	0
2008	29	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,5	8	20,2	172	0,4
1994	75	ЧАИ С ЛИМОНОМ	180	0,1		10	41	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	34	2,7	0,3	16,7	81	0
Итого			**370**	**7,3**	**13,3**	**46,9**	**339**	**1,1**
II Завтрак								
2008	62	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			**95**	**0,4**	**0,4**	**9,3**	**45**	**9,5**
Обед								
2008	13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,1	4,1	13	110	6
1994	55	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	60	13,6	14,7	5	207	0,9
2010	22	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	120	2,7	1,1	12,2	71	25,3
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,5		12,3	51	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	40					0
Итого			**550**	**20,9**	**19,9**	**42,5**	**439**	**32,4**
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	147	4,2	4,6	6,7	86	0,8
2010	45	РЫБА, ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	16,7	7,2	4,1	147	0,3
2008	516	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15	74	0
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ	150	0,1		6,9	28	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	34	2,7	0,3	16,7	81	0
Итого			**431**	**24,7**	**13,2**	**49,4**	**416**	**1,1**
Всего				**53,3**	**46,8**	**148,1**	**1239**	**44,1**

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Повар _____ Челнокова А.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 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		
Завтрак								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7		6,1	0,1	55	0
2008	29	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,4	8,6	24,2	197	0,5
2010	75	ЧАИ С ЛИМОНОМ	180	0,1		9,4	39	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	45	3,6	0,5	22,2	108	0
Итого			**412**	**9,1**	**15,2**	**55,9**	**399**	**1,2**
II Завтрак								
2008	62	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47**	**10**
Обед								
2008	13	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	4,4	4,2	13,5	113	6,1
1994	55	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	80	17,8	19,2	6,9	271	1,3
2010	22	КАПУСТА ТУШЁНАЯ	150	3,4	1,9	15,1	93	31,6
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,6		14,3	61	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	50	3,2	0,6	20,7	101	0
Итого			**640**	**29,4**	**25,9**	**70,5**	**639**	**39,2**
Уплотненный полдник								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	177	4,9	5,5	8,1	103	0,9
2010	45	РЫБА, ЗАПЕЧЁННАЯ В ОМЛЕТЕ	90	19,3	7,9	4,9	168	0,3
2008	516	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1	1,1	15	74	0
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ	180	0,1		8,3	34	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	45	3,6	0,5	22,2	108	0
Итого			**512**	**28,9**	**15**	**58,5**	**487**	**1,2**
Всего				**67,8**	**56,5**	**194,7**	**1572**	**51,6**

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Повар _____ Челнокова А.А.