

Утверждаю

Заведующая детским садом  
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

/Махалова Т.В./

## МЕНЮ

29 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)	5		4,1		37	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	6,2	16,3	139	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	4,5	15,1	120	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,3	0,3	13,9	67	0
<b>Итого</b>			<b>363</b>	<b>10,6</b>	<b>15,1</b>	<b>45,3</b>	<b>363</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 ЛУЩЕНЫМ), КУРОЙ	180	6,8	6	15,3	143	3,9
2012	56	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	60	6,6	6,5	3,5	101	0,9
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,5	3,1	28,5	161	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,4		12,9	54	0,1
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОИ "ДАРНИЦКИЙ"	36	2,5	0,4	16,5	80	0
<b>Итого</b>			<b>546</b>	<b>20,8</b>	<b>16</b>	<b>76,7</b>	<b>539</b>	<b>4,9</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	149	4,2	4,7	6,8	87	0,8
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		9,8	39	0
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	60	8,6	6,3	5,3	112	0,4
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики)	40	11,3	2,9	0,3	73	7,2
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,6	3,7	14,6	103	6,4
1994	75	ЧАИ С ЛИМОНОМ	180	0,1		9,1	38	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	28	2,3	0,3	13,9	67	0
<b>Итого</b>			<b>537</b>	<b>17,8</b>	<b>15</b>	<b>49,7</b>	<b>407</b>	<b>8,3</b>
<b>Всего</b>				<b>49,6</b>	<b>46,5</b>	<b>181</b>	<b>1354</b>	<b>23,8</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Волкова И.В.

Повар \_\_\_\_\_ Челнокова А.А.

Утверждаю

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
 МДОУ №27 "Цветик-семицветик"  
 Махалова Т.В.  
 157303, Р.Ф., Ярославская область,  
 г.Тутаев, ул.Металлургов, д.1

**МЕНЮ**  
 29 января 2025 г.

**Сад 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,2	0,1	47	0
2010	35	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	7,1	19,4	160	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,2	4,3	17,9	119	0
2010	78	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,4	4,5	14,5	118	0,7
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	38	3	0,4	18,5	90	0
<b>Итого</b>			<b>404</b>	<b>12</b>	<b>17,2</b>	<b>52,5</b>	<b>415</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	6,5	6,7	13,9	143	3,5
2012	56	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	80	8,6	8,7	4,2	132	1,2
2010	40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,3	35,2	201	0
2008	76	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,5		13,8	58	0,2
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	45	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>635</b>	<b>24,3</b>	<b>20,3</b>	<b>87,8</b>	<b>635</b>	<b>4,9</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	77	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5	5,5	8,1	104	0,9
2010	66	ЧАИ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	47	СУФЛЕ РЫБНОЕ "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"	70	10,2	7,3	5,9	130	0,4
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики)	50	14	3,6	0,4	91	8,96
2012	25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,1	4,4	18,3	127	8,1
1994	75	ЧАИ С ЛИМОНОМ	180	0,1		9,2	38	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	38	3	0,4	18,5	90	0
<b>Итого</b>			<b>617</b>	<b>21,4</b>	<b>17,6</b>	<b>60</b>	<b>489</b>	<b>10,1</b>
<b>Всего</b>			<b>58,1</b>	<b>55,5</b>	<b>210,1</b>	<b>1586</b>	<b>26,2</b>	

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Волкова И.В.

Повар \_\_\_\_\_ Челнокова А.А.