

Утверждаю

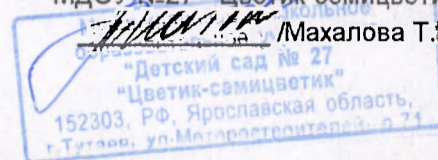
Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

/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		
Завтрак								
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
Итого			363	10,6	15,1	45,3	363	1,1
II Завтрак								
2008	61	ФРУКТЫ	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Обед								
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 "ДАРНИЦКИИ"	36	2,5	0,4	16,5	80	0
Итого			546	20,8	16	76,7	539	4,9
Уплотненный полдник								
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
Итого			537	17,8	15	49,7	407	8,3
Всего				49,6	46,5	181	1354	23,8

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		
Завтрак								
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
Итого			404	12	17,2	52,5	415	1,2
II Завтрак								
2008	61	ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
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
Итого			635	24,3	20,3	87,8	635	4,9
Уплотненный полдник								
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
Итого			617	21,4	17,6	60	489	10,1
Всего				58,1	55,5	210,1	1586	26,2

Медицинская сестра _____ Волкова И.В.

Повар _____ Челнокова А.А.