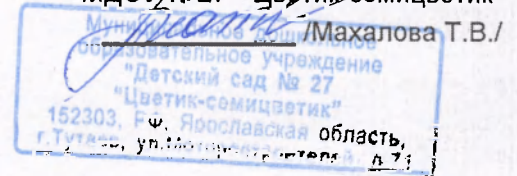


Утверждаю

Заведующая детским садом
МДОУ №27 "Цветик-семицветик"



МЕНЮ

30 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 | 4 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 7 | 1,6 | 2,1 | | 26 | 0 |
| 2008 | 28 | КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 150 | 4,2 | 7,2 | 15,8 | 146 | 0,4 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧ. "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) | 150 | 2,5 | 9,3 | 21,8 | 180 | 0 |
| 2010 | 71 | КОФЕИНЫИ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 180 | 4,1 | 4,4 | 16,1 | 121 | 0,7 |
| 2010 | 66 | ЧАИ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0,1 | | 9,9 | 40 | 0 |
| 2008 | 1 | БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫИ "УМНИЦА" | 34 | 2,7 | 0,3 | 16,8 | 81 | 0 |
| Итого | | | 371 | 12,6 | 14 | 48,7 | 374 | 1,1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 63 | ФРУКТЫ | 95 | 0,4 | 0,4 | 9,3 | 45 | 9,5 |
| Итого | | | 95 | 0,4 | 0,4 | 9,3 | 45 | 9,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 19 | ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180 | 4,1 | 6,3 | 7,1 | 106 | 8,2 |
| 1994 | 48 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫИ НАТУРАЛЬНЫИ | 50 | 11,4 | 3,3 | 4,1 | 91 | 0,6 |
| 2008 | 23 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 3,2 | 4,9 | 19,6 | 137 | 9,4 |
| 2017 | 73 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,3 | 0,1 | 11,6 | 53 | 33 |
| 2008 | 2 | ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | 32 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 80 | 0 |
| Итого | | | 532 | 21,5 | 15 | 58,9 | 467 | 51,2 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 70 | СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ | 150 | 4,1 | 3,8 | 16,2 | 119 | 1,4 |
| 2008 | 42 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 | 0 |
| 2010 | 36 | МАННЫИ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ | 100 | 5,8 | 5,9 | 42,4 | 244 | 0,2 |
| 2010 | 66 | ЧАИ С САХАРОМ | 150 | 0,1 | | 8,2 | 33 | 0 |
| 2008 | 1 | БАТОН-ПШЕНИЧНЫИ ЙОДИРОВАННЫИ "УМНИЦА" | 22 | 1,8 | 0,2 | 11 | 54 | 0 |
| Итого | | | 462 | 16,7 | 14,4 | 78,1 | 511 | 1,6 |
| Всего | | | | 51,2 | 43,8 | 195 | 1397 | 63,4 |

Медицинская сестра

Еолкова И.В.

Повар

Челнокова А.А.

Утверждаю

Заведующая детским садом

МДОУ №27 "Цветик-семицветик"

/Махалова Т.В./

"Цветик-семицветик"

152303, РФ, Ярославская область,
г. Тутаев, ул. Мира, д. 71

МЕНЮ

30 января 2025 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 4 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 2,3 | 3 | | 37 | 0 |
| 2008 | 28 | КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 180 | 5 | 8,7 | 18,9 | 175 | 0,5 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ БЕЗМОЛОЧ. "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) | 180 | 2,4 | 5,2 | 16,9 | 124 | 0 |
| 2010 | 71 | КОФЕИНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 180 | 4 | 4,3 | 15,2 | 117 | 0,7 |
| 2010 | 66 | ЧАИ С САХАРОМ (аллергики) | 180 | 0,1 | | 9,9 | 40 | 0 |
| 2008 | 1 | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА" | 46 | 3,7 | 0,5 | 22,4 | 109 | 0 |
| Итого | | | 416 | 15 | 16,5 | 56,5 | 438 | 1,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 63 | ФРУКТЫ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |
| Итого | | | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 19 | ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ) НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180 | 4 | 6,2 | 7,2 | 105 | 8,5 |
| 1994 | 48 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 70 | 15,6 | 4,3 | 6,2 | 126 | 1 |
| 2008 | 23 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 4 | 6 | 24,5 | 168 | 11,6 |
| 2017 | 73 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,3 | 0,1 | 12,8 | 60 | 40,4 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | 40 | 3,2 | 0,6 | 20,7 | 101 | 0 |
| Итого | | | 620 | 27,1 | 17,2 | 71,4 | 560 | 61,5 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 70 | СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ | 180 | 4,9 | 4,5 | 19,4 | 142 | 1,6 |
| 2008 | 42 | ЯИЦО ВАРЕНОЕ | 40 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 | 0 |
| 2010 | 36 | МАННЫЙ ПУДИНГ С ПОВИДЛОМ И ПРЯНИКОМ | 130 | 6,6 | 6,7 | 50,4 | 288 | 0,3 |
| 2010 | 66 | ЧАИ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 8,7 | 35 | 0 |
| 2008 | 1 | БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА" | 30 | 2,4 | 0,3 | 14,6 | 71 | 0 |
| Итого | | | 560 | 18,9 | 16 | 93,4 | 597 | 1,9 |
| Всего | | | | 61,4 | 50,1 | 231,1 | 1642 | 74,6 |

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Повар

Челнокова А.А.