

МЕНЮ

16 июля 2024 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 | 38 | КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ (пшено, крупа рисовая, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная) | 150 | 4,5 | 3,5 | 20,5 | 132 | 0,2 |
| 2010 | 38 | КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ (аллергики) (пшено, крупа рисовая, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная) | 150 | 2,9 | 0,6 | 30,3 | 138 | 0 |
| | | С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко сливочное, несоленое) | 4 | | 2,9 | 0,1 | 26 | 0 |
| 2010 | 98 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок) | 150 | 3,4 | 3,5 | 16 | 110 | 0,3 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 150 | 0,1 | | 9,8 | 39 | 0 |
| 2017 | 2 | СЫР(порциями) (сыр, российский) | 6 | 1,4 | 1,7 | | 22 | 0 |
| | | ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный) | 25 | 1,9 | 0,7 | 12,8 | 65 | 0 |
| Итого | | | 335 | 11,2 | 12,3 | 49,4 | 355 | 0,5 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | | СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный) | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| Итого | | | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2017 | 9 | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ (свекла, капуста белокочанная, фасоль, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, томатная паста, вода питьевая, соль, йодированная, лавровый лист, лимонная кислота) | 150 | 2,4 | 1,6 | 8,2 | 58 | 6,9 |
| 2017 | | С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности) | 4 | 0,1 | 0,6 | 0,1 | 7 | 0,02 |
| 2017 г | 79 | СУФЛЕ РЫБНОЕ (рыба треска филе, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль, йодированная, яйца куриные (шт.)) | 65 | 11,6 | 4,5 | 2,3 | 97 | 0,2 |
| 2010 | 78 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко сливочное несоленое, соль, йодированная) | 55 | 1,2 | 3,3 | 7,2 | 64 | 3,3 |
| 2010 | 82 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, сахар песок, соль, йодированная, лавровый лист) | 55 | 1,2 | 1,7 | 3,7 | 36 | 11,6 |
| 2010 | 91 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 160 | | | 5,8 | 24 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий") | 25 | 1,7 | 0,3 | 9,9 | 50 | 0 |
| Итого | | | 514 | 18,2 | 12 | 37,2 | 336 | 22,02 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 103 | КЕФИР (кефир 3,2% жирности) | 130 | 3,9 | 4,2 | 5,2 | 72 | 0 |
| 2019 | | СУХАРИ ВАНИЛЬНЫЕ (сухари ванильные) | 18 | 1,5 | 0,6 | 14,2 | 70 | 0 |
| Итого | | | 148 | 5,4 | 4,8 | 19,4 | 142 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 64 | "ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ (говядина бк, молоко пастер. 3,2 % жирности, яйца куриные (шт.), крупа рисовая, вода питьевая, соль, йодированная, чеснок, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, лавровый лист) | 60/60 | 10,4 | 10,5 | 12,9 | 187 | 1,4 |
| | | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (горошек зеленый консервы) | 25 | 0,8 | | 1,6 | 10 | 2,49 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 150 | 0,1 | | 8,4 | 34 | 0 |
| | | ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный) | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39 | 0 |
| Итого | | | 310 | 12,4 | 10,9 | 30,6 | 270 | 3,89 |
| Всего | | | | 48,2 | 40,2 | 156,4 | 1189 | 30,41 |

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

УШАКОВА И.А.

МЕНЮ

16 июля 2024 г.
Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 38 | КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ <small>(пшено, крупа рисовая, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)</small> | 180 | 5,5 | 4,2 | 24,5 | 158 | 0,3 |
| 2010 | 32 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) <small>(пшено, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)</small> | 180 | 2,5 | 0,6 | 17,7 | 86 | 0 |
| | | С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small> | 4 | | 2,9 | 0,1 | 26 | 0 |
| 2010 | 98 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ <small>(кофейный напиток, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок)</small> | 180 | 4,1 | 4,2 | 19,2 | 132 | 0,3 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small> | 180 | 0,1 | | 12,3 | 49 | 0 |
| 2017 | 2 | СЫР (порциями) <small>(сыр российский)</small> | 8 | 1,8 | 2,3 | | 29 | 0,1 |
| | | ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small> | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 | 0 |
| Итого | | | 402 | 13,7 | 14,5 | 59,2 | 424 | 0,7 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | | СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(сок яблочный)</small> | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| Итого | | | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2017 | 9 | БОРЩ С ФАСОЛЬЮ <small>(говядо, капуста белокочанная, фасоль, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, томатная паста, вода питьевая, соль, йодированная, лавровый лист, лимонная кислота)</small> | 180 | 2,7 | 1,9 | 9,9 | 70 | 8,4 |
| | | С СМЕТАНОЙ <small>(сметана 15% жирности)</small> | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 8 | 0,02 |
| 2017 г. | 79 | СУФЛЕ РЫБНОЕ <small>(рыба треска филе, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль, йодированная, яйца куриные (шт.))</small> | 80 | 14,3 | 5,6 | 2,8 | 120 | 0,3 |
| 2010 | 78 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль, йодированная)</small> | 65 | 1,5 | 4,1 | 8,7 | 77 | 3,9 |
| 2010 | 82 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ <small>(капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, соль, йодированная, лавровый лист)</small> | 65 | 1,4 | 2,1 | 4,5 | 44 | 13,7 |
| 2010 | 91 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)</small> | 180 | | | 7,8 | 31 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "дровница")</small> | 30 | 2 | 0,4 | 12,1 | 61 | 0 |
| | | ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small> | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39 | 0 |
| Итого | | | 620 | 23,1 | 15,3 | 53,7 | 450 | 26,32 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 103 | КЕФИР <small>(кефир 3,2% жирности)</small> | 150 | 4,5 | 4,8 | 6 | 83 | 0 |
| 2019 | | СУХАРИ ВАНИЛЬНЫЕ <small>(сухари ванильные)</small> | 18 | 1,5 | 0,6 | 14,2 | 70 | 0 |
| Итого | | | 168 | 6 | 5,4 | 20,2 | 153 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 64 | "ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ <small>(говядина 5/х, молоко пастер. 3,2 % жирности, яйца куриные (шт.), крупа рисовая, вода питьевая, соль, йодированная, чеснок, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, лавровый лист)</small> | 80/40 | 11,6 | 12,1 | 14,7 | 214 | 1,6 |
| | | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ <small>(горошек зеленый консервы)</small> | 30 | 0,9 | | 1,9 | 12 | 2,99 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small> | 180 | 0,1 | | 9,9 | 40 | 0 |
| | | ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small> | 15 | 1,1 | 0,4 | 7,7 | 39 | 0 |
| Итого | | | 345 | 13,7 | 12,5 | 34,2 | 305 | 4,59 |
| Всего | | | | 57,5 | 47,9 | 187,1 | 1418 | 35,61 |

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

УШАКОВА И.А.