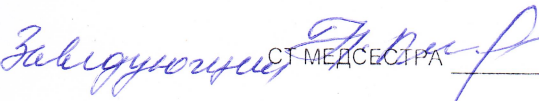


МЕНЮ

17 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	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер 3.2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	3,1	2,7	12,4	87	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) (овсяные хлопья "Геркулес", вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	2,4	1,2	21,7	107	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		3,3		30	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		9,9	40	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,1	4,9	0,1	45	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	25	1,9	0,7	12,8	65	0
Итого			335	5,2	11,6	35,2	267	0,2
II Завтрак								
2010	96	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (вода питьевая, сахар песок, лимон)	130			5	21	0,7
Итого			130			5	21	0,7
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (картофель, яйца куриные (шт.), морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	150	2,2	2,4	11,6	76	5,7
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, говяжья печень, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста)	50/40	15,6	8,6	2,4	171	11,9
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	5,7	4	25,2	162	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	30	0,4		2,2	20	0,6
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (курага, сахар песок, вода питьевая)	160			4,9	20	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			555	25,6	16,3	56,2	499	18,2
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 3.2% жирности)	135	3,9	3,4	6,6	75	1,82
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш сорт)	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			175	6,9	7,3	36,4	242	1,82
Ужин								
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (рыба треска филе, хлеб-батон пшеничный йодированный, молоко пастер 3.2% жирности, лук репчатый, мука пшеничная высш сорт, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, томатная паста, яйца куриные (шт.))	60/50	11,4	8,9	14,8	191	0,9
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	1,9	2,8	10,8	94	14
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЁРТОЙ С САХАРОМ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	150			6,6	3	0,9
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			375	14,4	12,1	39,9	327	15,8
Всего				52,1	47,3	172,7	1356	36,72

Заведующий  СТ МЕДСЕСТРА

КАСЬЯНОВА Н В

Шеф повар (зав. производством)

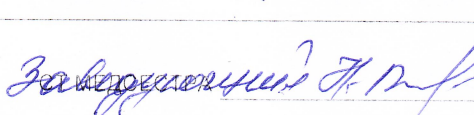


УШАКОВА И.А.

МЕНЮ

17 июля 2024 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	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар, песок, соль, йодированная)	180	4	3,4	15,3	108	0,2
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар, песок)	180	0,1		9,9	40	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб батон пшеничный йодированный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	6,5	13,8	40,8	313	0,2
II Завтрак								
2010	96	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (вода питьевая, сахар, песок, лимон)	150			9,9	40	0,8
Итого			150			9,9	40	0,8
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (картофель, яйца куриные (шт.), морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль, йодированная, лавровый лист)	180	2,4	2,5	13,9	88	7
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль, йодированная, говядина, печень, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста)	80/25	21,3	11,9	3,2	232	16,2
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль, йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	6,3	4,4	27,7	178	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое, сахар, песок)	45	0,6	1,5	3,3	30	1
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (курага, сахар, песок, вода питьевая)	180			4,9	19	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	12	60	0
Итого			665	33,7	21,1	72,7	646	24,2
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	156	5,1	4,5	8,5	97	2,41
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт)	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			206	8,9	9,4	45,7	306	2,41
Ужин								
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (рыба треска филе, хлеб батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2 % жирности, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, соль, йодированная, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, томатная паста, яйца куриные (шт.))	70/60	12	9,7	16,2	205	1
2003	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	80/60	18,8	25,7	1,2	311	0,5
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль, йодированная)	120	2,3	3,4	13	113	16,8
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВИЗЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (клюква протертая с сахаром, сахар, песок, вода питьевая)	180			8,7	4	1,2
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			445	15,4	13,5	45,6	361	19
Всего				64,5	57,8	214,7	1666	46,61

Заведующий  КАСЬЯНОВА Н В

Шеф повар (зав. производством)

 УШАКОВА И.А.