

МЕНЮ

18 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								
2008		КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ <small>(овсяные хлопья "геркулес", крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	150	4,6	3,2	17,9	120	0,2
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	4		2,9	0,1	26	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, молоко пастер. 3,2 % жирности, сахар песок)</small>	150	2,3	2,4	13,5	86	0,2
2017	2	СЫР(порциями) <small>(сыр российский)</small>	6	1,4	1,8		22	0,05
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	25	1,9	0,7	12,8	65	0
Итого			335	10,2	11	44,3	319	0,45
II Завтрак								
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ <small>(черная смородина протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)</small>	130			7	3	1
Итого			130			7	3	1
Обед								
1997	153	БУЛЬОН МЯСНОЙ <small>(говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, вода питьевая)</small>	150	4,9	3,9	1,8	62	0,7
1997	34	С МАННЫМИ КЛЕЦКАМИ <small>(крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная)</small>	15	1	1,1	4,6	31	0
2010	59	ШНИЦЕЛИ ИЗ МЯСА <small>(говядина 1 категории, хлеб-батон пшеничный йодированный, лук репчатый, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт)</small>	65	9,9	10,8	9,3	173	0,3
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ <small>(соль йодированная, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, лавровый лист, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая)</small>	130	2,4	2,8	7,5	67	22,3
2017	114	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ <small>(клюква протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)</small>	160			17,5	31	1,5
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "дарницкий")</small>	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			545	19,9	18,9	50,6	414	24,8
Полдник								
2010	103	СНЕЖОК <small>(снежок)</small>	150	3,9	3,8	16,5	116	0
Итого			150	3,9	3,8	16,5	116	0
Ужин								
2017	102	СУФЛЕ КУРИНОЕ <small>(грудка бройлера цыпленка, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)</small>	60	10	26,3	0,1	277	0
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small>	110	2,4	3,4	8,6	94	3,44
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА <small>(шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)</small>	150			9,7	39	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			335	13,5	30,1	26,1	449	3,44
Всего				47,5	63,8	144,5	1301	29,69

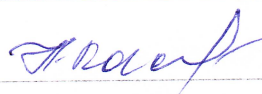
Заведующий  КАСЬЯНОВА Н ВШеф повар (зав. производством)  УШАКОВА И.А

МЕНЮ

18 июля 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ <small>(овсяные хлопья "геркулес", крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	180	5,5	3,9	21,5	143	0,2
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	4		2,9	0,1	26	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, молоко пастер. 3,2 % жирности, сахар песок)</small>	180	2,8	3	15,3	99	0,2
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	12,4	13	52,3	376	0,5
II Завтрак								
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ <small>(черная смородина протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)</small>	150			8,7	4	1,2
Итого			150			8,7	4	1,2
Обед								
1997	153	БУЛЬОН МЯСНОЙ <small>(говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, вода питьевая)</small>	180	5,7	4,7	2,2	74	0,9
1997	34	С КЛЕЦКАМИ <small>(крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, йодированная)</small>	20	1,3	1,2	5,4	36	0
2010	59	ШНИЦЕЛИ ИЗ МЯСА <small>(говядина 1 категории, хлеб-батон пшеничный йодированный, лук репчатый, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, йодированная, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное)</small>	70	10,8	11,7	11,1	190	0,4
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ <small>(соль, йодированная, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, лавровый лист, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая)</small>	130	2,4	2,7	7,6	67	22,3
2022г	1	КИСЕЛЕК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ <small>(киселек детский витаминизированный, вода питьевая)</small>	180			24	395	20,1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "дарницкий")</small>	30	2	0,4	12	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			625	23,3	21,1	70	861	43,7
Полдник								
2010	103	СНЕЖОК <small>(снежок)</small>	150	3,9	3,8	16,5	116	0
Итого			150	3,9	3,8	16,5	116	0
Ужин								
2017	102	СУФЛЕ КУРИНОЕ <small>(грудка бройлера цыпята, вода питьевая, соль, йодированная, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)</small>	70	12,6	31,6	0,1	335	0
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	130	2,9	4,1	10,2	111	4,06
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА <small>(шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)</small>	180			11,6	47	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			395	16,6	36,1	29,6	532	4,06
Всего				56,2	74	177,1	1889	49,46

Заведующий



КАСЬЯНОВА Н В

Шеф повар (зав. производством)



УШАКОВА И.А