

МЕНЮ

4 апреля 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	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко пастер. 3.2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	2,9	3,2	7,7	72	0,2
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа кукурузная, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150			3,2	13	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, молоко пастер. 3.2 % жирности, сахар песок)	150	2,9	3,1	14,5	98	0,2
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	1,8		22	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	20	1,5	0,6	10,2	52	0
Итого			330	8,7	11,6	32,5	270	0,4
Обед								
2017	28	СУП-ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С ГРЕНКАМИ (морковь, горох лущеный, лук репчатый, мука пшеничная высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, хлеб-батон пшеничный йодированный)	150/12	5	1,7	15,8	97	0,3
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	10	2,7	1,9		28	0,04
2017 г	80	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (говядина 1 категории, соль йодированная, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, лавровый лист)	30/30	10,4	10,6	2	146	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	90	2,7	2,8	17,2	105	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	30	0,4	0,9	2,2	19	0,6
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая, курага)	150	0,2		9,4	38	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			527	23,1	18,2	56,5	483	1,24
Полдник								
2010	103	СНЕЖОК (снежок)	130	3,4	3,3	14,3	100	0
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш сорт, сахар песок, дрожжи сухие, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3.2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), ванилин)	60	6,3	5,8	43,6	251	0
Итого			190	9,7	9,1	57,9	351	0
Ужин								
2010	69	РАГУ С КУРОЙ (грудка бройлера цыпята, картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	160	7,7	22	17,7	301	15,6
2008	437	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ (брусника протертая с сахаром, вода питьевая)	150			10,7	5	1,5
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			325	8,8	22,4	36,1	345	17,1
Всего				50,3	61,3	183	1449	18,74

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

4 апреля 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								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко пастер 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	3,5	3,8	9,1	86	0,3
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа кукурузная, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180			3,9	16	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, молоко пастер 3,2% жирности, сахар песок)	180	3,5	3,7	17	117	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		11,8	48	0
2017	2	СЫР (порциями) (сыр российский)	8	1,8	2,3		29	0,1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	11,1	13,6	41,6	337	0,7
Обед								
2017	28	СУП-ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С ГРЕНКАМИ (морковь, горох пущеный, лук репчатый, мука пшеничная высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, хлеб-батон пшеничный йодированный)	180/10	6	2	18,7	116	0,4
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	10	2,7	1,9		28	0,04
2017 г	80	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (говядина 1 категории, соль йодированная, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, лавровый лист)	40/40	12	12,7	2,3	171	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	3,3	3,4	21	128	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	40	0,6	1,3	2,9	26	0,9
2022г	1	КИСЕЛЁК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (киселек детский витаминизированный, вода питьевая)	185			26,2	432	21,96
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	12	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			660	27,7	22,1	90,8	1000	23,6
Полдник								
2010	103	СНЕЖОК (снежок)	160	4,2	4	17,6	123	0
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш сорт, сахар песок, дрожжи сухие, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), ванилин)	65	6,8	6,4	47,9	276	0
Итого			225	11	10,4	65,5	399	0
Ужин								
2010	69	РАГУ С КУРОЙ (грудка бройлера, цыпленка, картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	160	7,5	21,7	16,3	293	14,3
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ (аллергики) С МЯСОМ (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, говядина 1 категории)	165	17,1	18,1	15,4	294	9
2008	437	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ (брусника протертая с сахаром, вода питьевая)	180			12,8	6	1,8
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			355	8,6	22,1	36,8	338	16,1
Всего				58,4	68,2	234,7	2074	40,4

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В