

МЕНЮ

8 апреля 2024 г.
Ясли 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ <small>(овсяные хлопья "Геркулес" молоко пастер 3,2% жирности, вода питьевая, сахар, песок, соль йодированная)</small>	150	4	3,5	16	113	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) <small>(овсяные хлопья "Геркулес" вода питьевая, сахар, песок, соль йодированная)</small>	150	1,7	0,9	13,9	71	0
		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	11,9	80	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар, песок)</small>	150	0,1		9,8	39	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	6	0,1	4,9	0,1	45	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	20	1,5	0,6	10,2	52	0
Итого			330	7,9	14,3	38,3	316	0,4
II Завтрак								
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ <small>(курага, сахар, песок, вода питьевая)</small>	130			3,8	15	0
Итого			130			3,8	15	0
Обед								
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ <small>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная)</small>	150	1,4	1,7	10,1	61	5
2010	17	С МЯСОМ <small>(говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)</small>	5	1,4	1		14	0,02
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ <small>(говядина б\к, хлеб-батон пшеничный йодированный, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, молоко пастер 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small>	55/20	10	16,6	13,7	242	0,8
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	3,41
2017	114	КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ <small>(клюква протертая с сахаром, сахар, песок, крахмал, картофельный, вода питьевая)</small>	150			12,3	22	1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "дарницкий")</small>	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			515	16,9	23	54,6	483	10,23
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер 3,2% жирности)</small>	130	3,9	3,4	6,5	74	1,81
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) <small>(сок яблочный)</small>	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	РОГАЛИК <small>(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)</small>	60	6,3	5,8	46	261	0
Итого			190	10,2	9,2	52,5	335	1,81
Ужин								
2017	66	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЙ) <small>(творог 9,0% жирности, кулч рисовая, сахар, песок, яйца куриные (шт), вино-град сушеный (изюм), масло сладко-сливочное несоленое, ванилин, соль йодированная, сметана 15% жирности, печенье сахарное, мука высш сорт)</small>	130	15	11,3	17,6	233	0
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО <small>(молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)</small>	20	1,4	1,7	11,2	66	0,2
2010	96	ЧАЙ <small>(чай черный байховый, вода питьевая)</small>	180					0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			345	17,5	13,4	36,5	338	0,2
Всего				52,5	59,9	185,7	1487	12,64

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

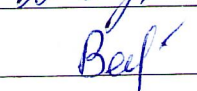
ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

8 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ <small>(овсяные хлопья "геркулес" молоко пастер 3,2% жирности вода питьевая сахар песок соль йодированная)</small>	180	5,1	4,4	19,7	138	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) <small>(овсяные хлопья "геркулес" вода питьевая сахар песок соль йодированная)</small>	180	1,6	0,9	10,3	56	0
		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	99	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный байховый вода питьевая сахар песок)</small>	180	0,1		11,8	48	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционный) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	10,3	17,8	50,3	402	0,4
II Завтрак								
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ <small>(курага сахар песок вода питьевая)</small>	150			4,9	20	0
Итого			150			4,9	20	0
Обед								
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ <small>(картофель морковь лук репчатый масло подсолнечное рафинированное вода питьевая лавровый лист соль йодированная)</small>	180	1,4	1,9	11,2	68	5,5
2010	17	С МЯСОМ <small>(говядина 1 категории морковь лук репчатый соль йодированная)</small>	10	2,7	1,9		28	0,04
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ <small>(говядина б/к хлеб-батон пшеничный йодированный вода питьевая лук репчатый масло подсолнечное рафинированное мука пшеничная высш сорт молоко пастер 3,2% жирности масло сладко-сливочное несоленое соль йодированная)</small>	75/25	12,7	20	16,1	292	1,1
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	3,41
2017	114	КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ <small>(клюква протертая с сахаром сахар песок крахмал картофельный вода питьевая)</small>	185			15	24	1,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный байховый вода питьевая сахар песок)</small>	180	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "дрожичный")</small>	30	2	0,4	12	60	0
Итого			615	21,2	27,6	62,9	566	11,45
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер 3,2% жирности)</small>	149	5	4,4	8,4	95	2,35
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) <small>(сок яблочный)</small>	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	РОГАЛИК <small>(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)</small>	70	7,3	6,7	53,8	305	0
Итого			219	12,3	11,1	62,2	400	2,35
Ужин								
2017	66	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЙ) <small>(творог 9,0% жирности крупа рисовая сахар песок яйца куриные (шт.) виноград сушеный (изюм) масло сладко-сливочное несоленое ванилин соль йодированная сметана 15% жирности печенье сахарное мука высш сорт)</small>	160	18,5	13,6	24,3	295	0
2010	58	ПЛОВ (аллергики) <small>(говядина 1 категории масло подсолнечное рафинированное крупа рисовая лук репчатый морковь томатная паста соль йодированная лавровый лист)</small>	130	10,4	12,9	26,5	262	2,33
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО <small>(молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)</small>	25	1,8	2,1	14	82	0,25
2010	96	ЧАЙ <small>(чай черный байховый вода питьевая)</small>	180					0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			380	21,4	16,1	46	416	0,25
Всего				65,2	72,6	226,3	1804	14,45

ОТ МЕДСЕСТРА  КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)  ВЕЛЬГЕР С В