

МЕНЮ

9 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ (пшено крупа рисовая молоко пастер 3,2% жирности вода питьевая сахар песок соль йодированная)	180	5,5	4,3	24,1	157	0,3
2010	32	КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (пшено вода питьевая сахар песок соль йодированная)	180	2,6	0,6	18,1	89	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)	180	4,2	4,3	17,5	126	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый вода питьевая сахар песок)	180	0,1		9,9	40	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	13,8	14,7	57,1	417	0,7
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)	180	2,6	1,8	9,6	68	8,1
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	5	0,1	0,8	0,2	8	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.))	70	12,5	4,9	2,5	104	0,2
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (говядина ф/к морковь лук репчатый масло подсолнечное рафинированное)	35/35	12,3	15,4	0,6	189	0,3
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель молоко пастер 3,2% жирности масло сладко-сливочное несоленое соль йодированная)	65	1,5	4	8,7	76	3,9
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)	65	1,4	2,1	4,2	43	13,5
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь) сахар песок вода питьевая)	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб дарницкий)	30	2	0,4	12,1	61	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			610	21,2	14,4	52,8	430	25,72
Полдник								
2010	103	КЕФИР (кефир 3,2% жирности)	150	4,5	4,8	6	83	0
2022		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш сорт)	15	1,1	1,5	11,1	62	0
Итого			165	5,6	6,3	17,1	145	0
Ужин								
2010	64	"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ (пшено мука молоко пастер 3,2% жирности яйца куриные (шт.) лук репчатый вода питьевая соль йодированная чеснок лук томатная паста подсолнечное рафинированное томатная паста мука пшеничная высш сорт лавровый лист)	80/40	11,5	12	13,9	210	0,8
		ГОРДИК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (гордики зеленый консервы)	30	0,9		1,9	12	2,99
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый вода питьевая сахар песок)	180	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			345	13,6	12,4	33,4	301	3,79
Всего				54,2	47,8	160,4	1293	30,21

СТ МЕДСЕСТРА  КОРОВКИНА В СШеф повар (зав. производством)  ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

9 апреля 2024 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины 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	20,7	133	0,2
2010	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ (аллергики) (пшено, крупа рисовая, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	2,3	0,5	22,3	103	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	49,6	356	0,5
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	2,3	1,7	8	57	6,6
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.))	60	10,6	4	2,2	88	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	55	1,2	3,5	7,2	65	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	1,9	3,7	38	11,5
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,4	22	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			499	17,1	12	36,5	327	21,62
Полдник								
2010	103	КЕФИР (кефир 3,2% жирности)	130	3,9	4,2	5,2	72	0
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш сорт)	15	1,1	1,5	11,1	62	0
Итого			145	5	5,7	16,3	134	0
Ужин								
2010	64	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ (говядина б/к, 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	10,3	10,5	12,4	184	0,8
		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		8,3	33	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			310	12,3	10,9	30	266	3,29
Всего				45,6	40,9	132,4	1083	25,41

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В