

МЕНЮ

18 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	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			4,9	19	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
II Завтрак								
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	43	0,4	0,1	1,1	6	4,5
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	5,3	1,7	16,4	101	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	1,8	146	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	90	2,7	2,9	17,2	106	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		9,3	38	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарицкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			570	23,8	18,4	57,9	494	5,74
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	6,4	6,2	43,6	253	0
Итого			190	9,8	9,5	57,9	353	0
Ужин								
2010	69	РАГУ С КУРОЙ (грудка бройлера целыята, картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	160	7,9	22,6	17,7	308	15,6
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (аллергики) (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, лавровый лист, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, сахар песок, говядина 1 категории)	170	9,5	20,3	17,8	292	11,2
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНИКИ (черника, протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	150			6,7	5	0,9
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			325	9	23	32,1	352	16,5
Всего				52,3	62,7	200,2	1555	26,64

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

18 апреля 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль иодированная)	180	3,5	3,8	9,2	86	0,3
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа кукурузная, вода питьевая, сахар песок, соль иодированная)	180			4,2	17	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	17,1	117	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		11,3	45	0
2017	2	СЫР (порциями) (сыр российский)	8	1,8	2,3		29	0,1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный иодированный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	11,1	13,6	41,8	337	0,7
II Завтрак								
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	43	0,4	0,1	1,1	6	4,5
2017	28	СУП-ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С ГРЕНКАМИ (морковь, горох лущеный, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль иодированная, хлеб-батон пшеничный иодированный)	180/10	6,3	2	19,5	120	0,4
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль иодированная)	10	2,7	1,9		28	0,04
2017 г	80	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (говядина 1 категории, соль иодированная, 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 иодированная, 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	27	0,9
2022г	1	КИСЕЛЕК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (киселек детский витаминизированный, вода питьевая)	180			24	395	20,1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржанки)	30	2	0,4	12	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный иодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			698	28,4	22,2	90,5	974	26,24
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 иодированная, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), ванилин)	65	6,7	6,4	47,9	276	0
Итого			225	10,9	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 иодированная, лавровый лист)	160	7,8	22,6	16,3	302	14,3
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ (аллергики) С МЯСОМ (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, сахар песок, соль иодированная, лавровый лист, говядина 1 категории)	160	16,9	18,1	14,4	289	8,1
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНИКИ (черника, протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	160			8	6	1,1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный иодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			335	8,9	23	32	347	15,4
Всего				60,3	69,4	249,6	2143	46,34

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В