

## МЕНЮ

26 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		
<b>Завтрак</b>								
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер. 3,2 % жирности, сахар песок)	150	4,2	3,6	14,2	107	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики) (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	150	5,3	0,7	34,2	164	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		9,9	40	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционн) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,1	4,9	0,1	45	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	25	1,9	0,7	12,8	65	0
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>6,3</b>	<b>12,1</b>	<b>37,1</b>	<b>283</b>	<b>0,3</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина 1 категории)	160/10	3,6	3,8	4,3	67	8,6
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	6	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое)	150	10,6	15,2	18,7	254	9,4
2010	86	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, лук репчатый, соль йодированная)	35	0,7	2,1	2,7	32	0,7
2017	42	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ (свекла, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая)	40	0,7	1,3	3,9	31	1,8
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,1	0,1	12	50	1,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
<b>Итого</b>			<b>576</b>	<b>17,5</b>	<b>23,6</b>	<b>51,7</b>	<b>492</b>	<b>21,72</b>
<b>Полдник</b>								
2010	103	СНЕЖОК (снежок)	154	4	3,8	16,9	119	0
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>154</b>	<b>4</b>	<b>3,8</b>	<b>16,9</b>	<b>119</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2017	102	СУФЛЕ КУРИНОЕ (грудка бройлера цыпленка, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	65	10,7	28,5	0,1	300	0
		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (кукуруза консервы)	44	1,2		6,6	31	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		8,4	34	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>274</b>	<b>13,1</b>	<b>28,9</b>	<b>22,8</b>	<b>404</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>40,9</b>	<b>68,4</b>	<b>128,5</b>	<b>1298</b>	<b>22,02</b>

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

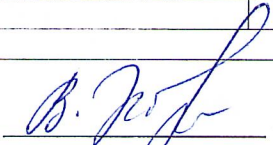
ВЕЛЬГЕР С В

# МЕНЮ

26 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		
<b>Завтрак</b>								
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ (макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер 3,2 % жирности, сахар песок)	185	5,2	4,5	17,8	134	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики) (макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	135	4,6	4	29,3	172	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок)	185	5	5,1	17,7	137	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		11,3	45	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
<b>Итого</b>			<b>412</b>	<b>12,6</b>	<b>20</b>	<b>51,1</b>	<b>436</b>	<b>0,6</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина 1 категории)	180/10	5,2	5,1	4,8	88	9,3
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	6	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина бл, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое)	170	12,6	17,1	25,9	308	13,1
2010	86	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, лук репчатый, соль йодированная)	40	0,8	2,4	3,1	36	0,8
2017	42	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ (свекла, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая)	50	1	1,7	5,1	40	2,4
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,1	0,1	13,1	55	1,4
		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
<b>Итого</b>			<b>681</b>	<b>22,9</b>	<b>28</b>	<b>71,9</b>	<b>634</b>	<b>27,02</b>
<b>Полдник</b>								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 3,2 % жирности)	155	4,7	4,1	7,8	89	2,2
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>155</b>	<b>4,7</b>	<b>4,1</b>	<b>7,8</b>	<b>89</b>	<b>2,2</b>
<b>Ужин</b>								
2017	102	СУФЛЕ КУРИНОЕ (грудка бройлера цыпленка, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (цп.), масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	80	12,9	33,9	0,1	358	0
		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (кукуруза консервы)	50	1,4		7,5	35	0
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
<b>Итого</b>			<b>325</b>	<b>15,5</b>	<b>34,3</b>	<b>25,2</b>	<b>472</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>55,7</b>	<b>86,4</b>	<b>156</b>	<b>1631</b>	<b>29,82</b>

СТ МЕДСЕСТРА



КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)



ВЕЛЬГЕР С В