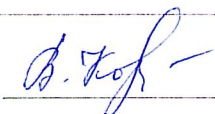


МЕНЮ

6 августа 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	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшеница, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	4	3	18,1	116	0,2
		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	15,2	107	0,3
2017	2	СЫР (порциями) (сыр российский)	6	1,3	1,7		21	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	20	1,5	0,6	10,2	52	0
Итого			330	10,2	11,7	43,6	322	0,5
Обед								
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	150	1,2	4,5	7,5	76	5,5
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	5	0,1	0,6	0,1	6	0,02
2010	4	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО - ДОМАШНЕМУ (рыба треска филе, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное)	70	10,4	8,8	6,6	147	0,6
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	55	1,2	4,4	7,2	73	3,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕННАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист)	55	1,2	4,4	3,8	61	11,6
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	160			5,9	24	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			535	19,9	25,9	41,1	479	21,08
Полдник								
2010	103	КЕФИР (кефир 3,2% жирности)	130	3,9	4,2	5,2	72	0
Итого			130	3,9	4,2	5,2	72	0
Ужин								
2010 г	42	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, творог 9,0 % жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, соль йодированная, печенье сахарное, мука высш. сорт)	130	9,5	8,1	19,8	190	0
1996г	577	СОУС АБРИКОСОВЫЙ (курага, вода питьевая, сахар песок)	20			4,5	18	0
2010	96	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	150					0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	8,2	39	0
Итого			315	10,6	8,5	32,5	247	0
Всего				44,6	50,3	122,4	1120	21,58

Ст. медсестра



КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)



ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ
6 августа 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)	180	5	3,6	21,6	140	0,2
2010	32	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии) (пшено, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)	180	2,2	0,5	16,2	79	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	96	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	4,2	4,4	19,4	135	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (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 йодированный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	13,3	14,1	56,5	409	0,6
Обед								
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (говядина, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, приправы, кислота, вода питьевая, соль, йодированная, лавровый лист)	180	1,4	5,3	8,7	89	6,4
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, соль, йодированная)	15	4,4	3,8	0,1	52	0
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	6	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2017 г	68	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ (рыба треска филе, молоко пастер. 3,2% жирности, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль, йодированная)	60	10,9	5,7	2,4	100	0,8
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочное несоленое, соль, йодированная)	65	1,5	4,9	8,7	84	3,9
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокачанная, масло сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, соль, йодированная, лавровый лист)	65	1,4	5,2	4,5	72	13,7
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (ягоды), сахар песок, вода питьевая)	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "ржанка")	30	2	0,4	12	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			636	22,8	26,5	52,1	535	24,82
Полдник								
2010	103	КЕФИР (кефир 3,2% жирности)	160	4,8	5,1	6,4	88	0
Итого			160	4,8	5,1	6,4	88	0
Ужин								
2010 г	42	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (пшеничные изделия высшего сорта, вода питьевая, яйца 50% жирности, вода холодная (шт.), сахар песок, масло сливочное несоленое, сметана 15% жирности, соль, йодированная, лимонный сок, мука высшего сорта)	160	11,9	10,2	26,6	247	0
2010	69	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (аллергии) (говядина 1 категории, картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокачанная, масло сливочное несоленое, соль, йодированная, лавровый лист)	170	20,5	30,1	15,6	415	13,8
1996г	577	СОУС АБРИКОСОВЫЙ (фрукты, вода питьевая, сахар песок)	30				47	0
2010	96	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180			11,6	47	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	8,2	39	0
Итого			385	13	10,6	46,4	333	0
Всего			53,9	56,3	161,4	1365	25,42	

Ст. медсестра *В. Корвкина* КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством) *С. Вельгер* ВЕЛЬГЕР С В