

# МЕНЮ

4 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер 3.2 % жирности, вода питьевая, сахар, песок, соль йодированная)	180	3,9	3,2	15,3	106	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, сахар, песок, соль йодированная)	180	1,2	0,6	7,9	42	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)	180	0,1		9,7	39	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>402</b>	<b>6,4</b>	<b>13,6</b>	<b>40,6</b>	<b>310</b>	<b>0,2</b>
<b>Обед</b>								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (картофель, яйца куриные (шт.), морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	180	2,5	2,6	13,9	89	7
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, говяжья печень, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста)	60/25	16,9	9,6	2,2	186	12,6
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	6,3	4,4	27,7	178	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое, сахар, песок)	45	0,6	1,5	3,3	30	1
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (курага, сахар, песок, вода питьевая)	180			11,6	46	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	12	60	0
<b>Итого</b>			<b>645</b>	<b>29,4</b>	<b>18,9</b>	<b>78,4</b>	<b>628</b>	<b>20,6</b>
<b>Полдник</b>								
2010		СОК (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное, мука высш сорт)	50	3,8	4,9	37,2	209	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>4,8</b>	<b>5,1</b>	<b>57</b>	<b>295</b>	<b>4</b>
<b>Ужин</b>								
2017	58	РИС МОЛОЧНЫЙ (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер 3.2 % жирности, сахар, песок)	180	5,2	4,5	23,6	156	0,3
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНИКИ, ПРОТЁРТОЙ С САХАРОМ (черника, протёртая с сахаром, сахар, песок, вода питьевая)	180			7,9	6	1,1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>6,3</b>	<b>4,9</b>	<b>39,2</b>	<b>201</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>46,9</b>	<b>42,5</b>	<b>215,2</b>	<b>1434</b>	<b>26,2</b>

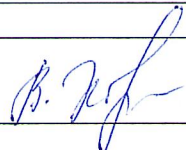
Ст, медсестра  КОРОВКИНА В СШеф повар (зав. производством)  ВЕЛЬГЕР С В

## МЕНЮ

4 декабря 2024 г.  
Ясли 12 часов

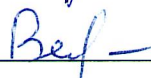
Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	3,2	2,7	12,3	87	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	2,4	1,2	21,7	107	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		3,3		30	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		9,9	40	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (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
Итого			335	5,3	11,6	35,1	267	0,2
<b>Обед</b>								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (картофель, яйца куриные (шт.), морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	150	2,1	2,5	11,6	77	5,7
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, говяжья печень, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста)	45/30	14,7	8,2	1,7	159	10,8
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	5,7	4	25,2	162	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	30	0,4	1	2,2	20	0,6
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (курага, сахар песок, вода питьевая)	160			10,5	42	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			540	24,6	16	61,1	510	17,1
<b>Полдник</b>								
2010		СОК (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш сорт)	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			240	4	4,1	49,6	253	4
<b>Ужин</b>								
2017	58	РИС МОЛОЧНЫЙ (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер. 3,2 % жирности, сахар песок)	160	4,5	4	21,1	139	0,3
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНИКИ ПРОТЁРТОЙ С САХАРОМ (черника, протёртая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	160			7	5	1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			335	5,6	4,4	35,8	183	1,3
Всего				39,5	36,1	181,6	1213	22,6

Ст, медсестра



КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)



ВЕЛЬГЕР С В