

## МЕНЮ

6 декабря 2024 г.

Сад 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>								
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ <small>(макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер. 3,2 % жирности, сахар песок)</small>	185	5,2	4,5	17,6	133	0,4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики) <small>(макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	110	3,8	4,5	24	151	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	4		2,9	0,1	26	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао-порошок, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок)</small>	185	4,9	5	17,3	134	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	180	0,1		9,9	40	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	30	2,3	0,9	15,4	79	0
<b>Итого</b>			<b>412</b>	<b>12,5</b>	<b>19,9</b>	<b>50,5</b>	<b>432</b>	<b>0,7</b>
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ <small>(капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)</small>	180	1,4	1,8	6,6	50	10,2
2017		С СМЕТАНОЙ <small>(сметана 15% жирности)</small>	5	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ <small>(говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	170	13,1	17,5	25,9	315	13,1
2010	86	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ <small>(сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, лук репчатый, соль йодированная)</small>	40	0,8	2,4	3,1	36	0,3
2017.	42	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ <small>(свекла, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая)</small>	45	0,8	1,6	4,1	35	1,8
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ <small>(яблоки красные, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)</small>	180			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "дарницкий")</small>	30	2	0,4	12	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>665</b>	<b>19,3</b>	<b>24,9</b>	<b>69,3</b>	<b>582</b>	<b>25,92</b>
<b>Полдник</b>								
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ <small>(пюре яблочное)</small>	125			23,1	99	0
<b>Итого</b>			<b>125</b>			<b>23,1</b>	<b>99</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2017	61	ОМЛЕТ С СЫРОМ <small>(яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	100	7,3	9,2	1,6	118	0,1
2010	57	КАРТОФЕЛЬ. ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (аллергики) <small>(говядина 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, лавровый лист)</small>	150	10,6	14,4	14,1	238	7,94
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ <small>(горошек зеленый консервы)</small>	35	1,1		2,3	14	3,52
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	180	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>9,6</b>	<b>9,6</b>	<b>21,5</b>	<b>211</b>	<b>3,62</b>
<b>Всего</b>				<b>41,4</b>	<b>54,4</b>	<b>164,4</b>	<b>1324</b>	<b>30,24</b>

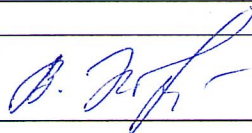
Ст, медсестра  КОРОВКИНА В СШеф повар (зав. производством)  ВЕЛЬГЕР С В

# МЕНЮ

6 декабря 2024 г.  
Ясли 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>								
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ <small>(макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер 3,2 % жирности, сахар песок)</small>	150	4,2	3,6	14,5	108	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>(аллергики)</small> <small>(макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)</small>	100	3,8	0,5	24	115	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	4		2,9	0,1	26	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	150	0,1		9,9	40	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	6	0,1	4,9	0,1	45	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	25	1,9	0,7	12,8	65	0
Итого			335	6,3	12,1	37,4	284	0,3
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ <small>(капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)</small>	160	1,3	1,6	6,1	45	9,6
2017		С СМЕТАНОЙ <small>(сметана 15% жирности)</small>	5	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ <small>(говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	160	11,7	16,5	20	275	10,1
2010	86	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ <small>(сметана 15% жирности, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, лук репчатый, соль йодированная)</small>	35	0,7	2,1	2,7	32	0,7
2017.	42	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ <small>(свекла, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая)</small>	30	0,5	1	3,1	25	1,4
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ <small>(яблоки красные, вода питьевая, сахар песок)</small>	160			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "дарницкий")</small>	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			575	16	22,3	51,7	474	21,82
<b>Полдник</b>								
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ <small>(пюре яблочное)</small>	125			23,1	99	0
Итого			125			23,1	99	0
<b>Ужин</b>								
2017	61	ОМЛЕТ С СЫРОМ <small>(яйца куриные (шт.), молоко пастер 3,2 % жирности, соль йодированная, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	100	7,9	9,7	1,6	126	0,1
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ <small>(горошек зеленый консервы)</small>	40	1,3		2,6	16	4,02
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	150	0,1		8,4	34	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			305	10,4	10,1	20,3	215	4,12
Всего				32,7	44,5	132,5	1072	26,24

Ст, медсестра



КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)



ВЕЛЬГЕР С В