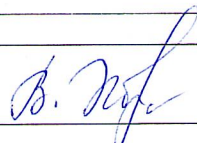


МЕНЮ

23 декабря 2024 г.
Сад 12 часов

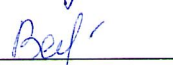
Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупя ячневая, молоко пастер 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	4,4	3,3	18,5	122	0,2
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупя ячневая, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	1,7	0,2	13,2	62	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	2,7	2,9	16,1	102	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		11,8	48	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
Итого			402	9,5	16,6	50,2	389	0,4
Обед								
2017	19	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (капуста белокочанная, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	180	1,4	1,9	6,7	50	6,1
2010	57	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЁНЫЙ С МЯСОМ (говядина 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	185	9,8	8,7	19,8	198	9,7
2017	114	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ (черная смородина протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	175			13,8	31	1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	12,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			585	14,3	11,4	60,1	378	16,8
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 3,2 % жирности)	160	4,8	4,2	8	91	2,24
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	ПЛЮШКА (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)	65	8,2	6,3	61,3	335	0
Итого			225	13	10,5	69,3	426	2,24
Ужин								
2010 г	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 9,0 % жирности, молоко пастер 3,2 % жирности, крупя манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	170	23,8	15,7	19,5	312	0
2010	58	ПЛОВ (аллергики) (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупя рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)	170	11,3	12	36,7	299	0,4
2010	87	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (молоко пастер 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	40	0,9	1,8	5,3	42	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	8	38	0
Итого			405	25,9	17,9	42,7	432	0
Всего				62,7	56,4	222,3	1625	19,44

Ст. медсестра



КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)



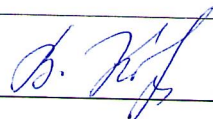
ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

23 декабря 2024 г.
Ясли 12 часов

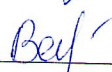
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа ячневая, молоко пастер 3.2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	3,7	2,8	15,5	103	0,2
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа ячневая, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	1,5	0,2	14,4	65	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	2,3	2,4	12,5	82	0,2
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	8	13,7	41	321	0,4
Обед								
2017	19	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (капуста белокочанная, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	150	1,4	1,7	6,8	49	4,9
2010	57	КАРТОФЕЛЬ. ТУШЁНЫЙ С МЯСОМ (говядина 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	160	8,6	7,7	17,5	175	8,6
2017	114	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ (черная смородина протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	160			10,5	22	0,8
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,6	0,3	9,8	49	0
Итого			495	11,6	9,7	44,6	295	14,3
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 3.2 % жирности)	129	3,8	3,3	6,3	72	1,76
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	ПЛЮШКА (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	7,5	5,9	56,7	309	0
Итого			189	11,3	9,2	63	381	1,76
Ужин								
2010 г	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 9.0 % жирности, молоко пастер 3.2 % жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	150	20,8	13,8	17,3	277	0
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ (аллергики) (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)	125	8,5	10,3	25,6	230	0,4
2010	87	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (молоко пастер 3.2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	30	0,6	1,3	4	30	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		8,3	33	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	8	38	0
Итого			345	22,6	15,5	37,6	378	0
Всего				53,5	48,1	186,2	1375	16,46

Ст, медсестра



КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)



ВЕЛЬГЕР С В