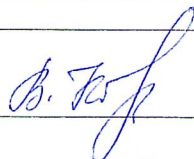


МЕНЮ

12 августа 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	4	3,5	15,7	112	0,2
		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	80	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)	20	1,5	0,6	10,2	52	0
Итого			330	7,9	14,3	38,1	315	0,4
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (картофель, яйца куриные (шт.), морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	150	2,7	3	11,5	97	3,44
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (говядина б/к, хлеб-батон пшеничный йодированный, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, молоко пастер 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	55/20	9	15,2	13,6	227	0,8
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,4	3,4	8,6	94	3,41
2017	114	КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	160			11,7	23	0,9
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			520	15,8	21,9	55,3	491	8,55
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 3,2 % жирности)	130	3,9	3,4	6,5	74	1,81
Итого			130	3,9	3,4	6,5	74	1,81
Ужин								
2017	66	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЙ) (творог 9,0 % жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло сладко-сливочное несоленое, ванилин, соль йодированная, сметана 15% жирности, печенье сахарное, мука высш сорт)	130	14,9	11,2	17,9	232	0
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	20	1,4	1,7	11,2	66	0,2
2010	96	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	160					0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			325	17,4	13,3	36,8	337	0,2
Всего				45	52,9	136,7	1217	10,96

Ст. медсестра



КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)



ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

12 августа 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ <small>(овсяные хлопья "Геркулес", молоко пастер 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)</small>	180	5	4,3	18,8	133	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) <small>(овсяные хлопья "Геркулес", вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)</small>	180	1,6	0,9	10,3	56	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	4		2,9	0,1	26	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, молоко пастер 3,2% жирности, сахар песок)</small>	180	2,8	3	14,3	96	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	180	0,1		11,8	48	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
Итого			402	10,2	17,7	48,7	394	0,4
Обед								
2017	14	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ <small>(картофель, яйца куриные (шт.), морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, петруш. лист)</small>	180	3,2	3,6	13,9	117	4,14
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ <small>(говядина б/к, хлеб-батон пшеничный йодированный, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, молоко пастер 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small>	75/30	11,6	19,1	16,2	279	1,1
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(картофель, молоко пастер 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small>	110	2,4	3,4	8,6	94	3,41
2017	114	КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ <small>(клюква протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)</small>	180			13,2	23	1,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "Дарницкий")</small>	30	2	0,4	12	60	0
Итого			605	19,2	26,5	63,9	573	9,85
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер 3,2% жирности)</small>	150	5,1	4,4	8,5	96	2,37
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) <small>(сок яблочный)</small>	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			150	5,1	4,4	8,5	96	2,37
Ужин								
2017	66	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЙ) <small>(творог 9,0% жирности, мука рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), ванилин, масло подсолнечное рафинированное, сливочное, манная, соль йодированная, сметана 15% жирности, печенье сахарное мука высшего сорта)</small>	160	18,5	13,4	24,2	292	0
2010	58	ПЛОВ (аллергики) <small>(говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная, петруш. лист)</small>	150	7,8	9,1	33,5	246	0,5
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО <small>(молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)</small>	25	1,8	2,1	14	82	0,25
2010	96	ЧАЙ <small>(чай черный байховый, вода питьевая)</small>	180					0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			380	21,4	15,9	45,9	413	0,25
Всего				55,9	64,5	167	1476	12,87

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