

МЕНЮ

3 июня 2024 г.
Сад 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 <small>(овсяные хлопья "Геркулес", молоко пастер 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)</small>	180	4,9	4,2	18,6	132	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	2,7	2,9	14,2	94	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	17,5	48,4	391	0,4
II Завтрак								
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ <small>(курага, сахар песок, вода питьевая)</small>	150			4,9	19	0
Итого			150			4,9	19	0
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(макаронные изделия высш сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)</small>	180	2,9	2,2	12,1	74	0,72
2010	17	С МЯСОМ <small>(говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)</small>	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
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 высш сорт, молоко пастер 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small>	80/30	14,5	21,7	16,2	315	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
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ <small>(бусина проферта с сахаром, вода питьевая)</small>	180			11	5	1,5
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "двухзерный")</small>	30	2	0,4	12	60	0
Итого			625	25,9	30,6	60	590	6,79
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, 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)</small>	160	18,5	13,8	24,3	297	0
2010	58	ПЛОВ (аллергики) <small>(говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)</small>	155	12,4	15,4	31,7	314	2,79
		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	16,3	46	418	0,25
Всего				62,4	68,8	167,8	1514	9,81

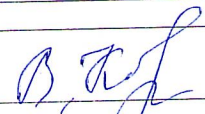
СТ МЕДСЕСТРА  КОРОВКИНА В СШеф повар (зав. производством)  ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

3 июня 2024 г.
Если 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 <small>(овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)</small>	150	4,1	3,5	15,9	113	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) <small>(овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)</small>	150	2	1	13,2	70	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>	150	2,3	2,4	11,9	79	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	150	0,1		9,8	39	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>	20	1,5	0,6	10,2	52	0
Итого			330	8	14,3	38,2	315	0,4
II Завтрак								
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ <small>(курага, сахар песок, вода питьевая)</small>	130			4	16	0
Итого			130			4	16	0
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(макаронные изделия высш сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)</small>	150	2,4	1,8	10,1	62	0,6
2010	17	С МЯСОМ <small>(говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)</small>	10	2,7	1,9		28	0,04
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 высш сорт, молоко пастер 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small>	60/20	11,3	17,7	13,6	257	0,8
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
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ <small>(брусника протертая с сахаром, вода питьевая)</small>	180			11	5	1,5
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "дарницкий")</small>	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			555	20,5	25,1	53,2	496	6,35
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер 3,2 % жирности)</small>	129	3,8	3,3	6,3	72	1,75
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) <small>(сок яблочный)</small>	200	1	0,2	19,6	86	4
Итого			129	3,8	3,3	6,3	72	1,75
Ужин								
2017	66	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЙ) <small>(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)</small>	130	15	11,6	17,8	236	0
2010	58	ПЛОВ (аллергики) <small>(говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)</small>	125	9,9	12,2	25,2	250	2,23
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО <small>(молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)</small>	20	1,4	1,7	11,2	66	0,2
2010	96	ЧАЙ <small>(чай черный байховый, вода питьевая)</small>	160					0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			325	17,5	13,7	36,7	341	0,2
Всего				49,8	56,4	138,4	1240	8,7

СТ МЕДСЕСТРА



КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)



ВЕЛЬГЕР С В