

# МЕНЮ

7 июня 2024 г.  
Сад 12 часов

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ (макаронные изделия высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер 3,2% жирности, сахар песок)	180	5	4,4	16,5	126	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики) (макаронные изделия высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,9	3,1	25,1	144	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	4,6	4,7	17,2	131	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		9,9	40	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	12	19,5	49,3	422	0,6
<b>Обед</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	180/15	1,4	1,8	6,6	50	10,2
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	6	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое)	170	13,1	17,5	25,9	314	13,1
2010	86	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, лук репчатый, соль йодированная)	40	0,8	2,4	3,1	36	0,8
2017	42	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ (свекла, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая)	40	0,7	1,6	3,8	34	1,7
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки красные, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	12	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			676	19,2	24,9	69	580	25,82
<b>Полдник</b>								
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ (брусника протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	150			7,3	3	1
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			200	3	2,4	44,8	186	1
<b>Ужин</b>								
2017	61	ОМЛЕТ С СЫРОМ (яйца куриные (шт.), молоко пастер 3,2% жирности, соль йодированная, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое)	100	7,3	9,1	1,5	117	0,1
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (горошек зеленый консервы)	35	1,1		2,3	14	3,52
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	7,7	39	0
Итого			330	9,6	9,5	21,4	210	3,62
Всего				43,8	56,3	184,5	1398	31,04

СТ МЕДСЕСТРА \_\_\_\_\_ КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством) Вел ВЕЛЬГЕР С В

# МЕНЮ

7 июня 2024 г.  
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	14,2	107	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики) <small>(макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, соль йодированная)</small>	150	5,3	0,7	34,2	164	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	37,1	283	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>	160/10	1,3	1,7	6,1	46	9,5
2017		С СМЕТАНОЙ <small>(сметана 15% жирности)</small>	6	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>	150	11	15,7	18,7	260	9,4
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	1,2	2,8	25	1,3
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			576	15,3	21,8	50,1	460	20,92
<b>Полдник</b>								
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ <small>(брусника протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)</small>	130			6	3	0,8
2008		ПРЯНИКИ <small>(пряники заварные)</small>	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			180	3	2,4	43,5	186	0,8
<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	1,5	127	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		8,3	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	20,1	216	4,12
Всего				35	46,4	150,8	1145	26,14

СТ МЕДСЕСТРА \_\_\_\_\_ КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством) \_\_\_\_\_

*Вед*

ВЕЛЬГЕР С В