

МЕНЮ

17 июня 2024 г.
Ясли 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>	150	4	3,5	15,9	112	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) <small>(овсяные хлопья "геркулес" вода питьевая сахар песок соль йодированная)</small>	150	1,7	0,9	13,9	71	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	80	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	7,9	14,3	38,2	315	0,4
II Завтрак								
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ <small>(курага сахар песок вода питьевая)</small>	130			3,9	16	0
Итого			130			3,9	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 6к 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	13,5	258	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
2017	114	КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ <small>(клюква протертая с сахаром сахар песок крахмал картофельный вода питьевая)</small>	160			12	23	1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "дарницкий")</small>	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			535	20,5	25,1	54,1	515	5,85
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер 3,2% жирности)</small>	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) <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	11,3	17,8	233	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 6,5% 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	13,4	36,7	338	0,2
Всего				49,8	56,2	139,4	1258	8,26

СТ МЕДСЕСТРА _____ КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством) _____

Вел

ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ
17 июня 2024 г.
Сад 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			
Завтрак									
		КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "Геркулес", молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар, песок, соль йодированная)	180	4,9	4,2	19	134	0,2	
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) (овсяные хлопья "Геркулес", вода питьевая, сахар, песок, соль йодированная)	180	1,7	0,9	13,9	71	0	
2010	34	С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0	
		ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байковый, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар, песок)	180	0,1		9,9	40	0,2	
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байковый, вода питьевая, сахар, песок)	180	0,1	6,6	0,1	60	0	
2010	96	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сливочное несоленое)	30	2,3	0,9	15,4	79	0	
2017	1	ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	402	10,1	17,6	49,4	396	0,4	
Итого									
				150			4,9	19	0
II Завтрак									
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (курага, сахар, песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0	
Обед									
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия высшего сорта, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	180	2,9	2,2	12,1	74	0,72	
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06	
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (говядина 5%, хлеб-батон пшеничный йодированный, вода питьевая, лук репчатый, морковь, подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочное несоленое, соль йодированная)	80/30	14,6	21,7	16,2	315	1,1	
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло 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)	180			13,6	24	1,2	
2017	114	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	12	60	0	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	625	26	30,6	62,6	609	6,49	
Итого									
				149	5	4,4	8,4	95	2,35
Полдник									
2010	102	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2% жирности)	200	1	0,2	19,8	86	4	
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	149	5	4,4	8,4	95	2,35	
Итого									
				149	5	4,4	8,4	95	2,35
Ужин									
2017	66	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЙ) (творог 5,0% жирности, крупа рисовая, сахар, песок, вода куриная (шт.), виноград сушеный (изюм), масло сливочное несоленое, ванилин, соль йодированная, сметана 10% жирности, печенье, сахарное мука высшего сорта)	160	18,5	13,6	24,1	294	0	
2010	58	ПЛОВ (аллергики) (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа высшего сорта, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)	165	13,2	16,3	33,6	333	2,96	
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО (молоко сгущенное с сахаром 5% жирности)	25	1,8	2,1	14	82	0,25	
		ЧАЙ (чай черный байковый, вода питьевая)	180					0	
2010	96	ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0	
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	380	21,4	16,1	45,8	415	0,25	
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	62,5	68,7	171,1	1534	9,49		

Школа № 12 (г. Фрунзе) филиал

СТ. МЕНЮ

ПОДПИСАНА _____ КОРОВКИНА В С
ОМ) Вел _____ ВЕЛЬГЕР С В