

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (суп-пюре из ячменя, молока пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар пек. (сахар), соль, ароматизатор)	180	4,5	3,4	18,8	125	0,2
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии) (суп-пюре из ячменя, воды питьевой, сахар пек. (сахар), соль, ароматизатор)	180	1,7	0,2	13,2	62	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло 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 пек. (сахар))	180	2,8	3	16,2	103	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар пек. (сахар))	180	0,1		11,8	48	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сливочное несоленое)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (подорожниковый))	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	9,7	16,8	50,6	393	0,4
Обед								
2017	19	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПЮЙ (суп-пюре из картофеля, моркови, лука репчатого, капусты (подорожниковый), картофеля, воды питьевой, соли, ароматизатора, картофеля (п.))	180	1,4	1,9	6,7	49	6,1
2010	17	С МЯСОМ (подлива 1 картофеля, моркови, лука репчатого, соли, ароматизатора)	15	4,9	4,3	0,1	59	0
2010	57	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (подлива 1 картофеля, картофеля, моркови, лука репчатого, маиса (подорожниковый), картофеля, соли, ароматизатора, картофеля (п.))	160	13,3	11,9	14,7	220	7,1
2017	114	КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ (кисель протертый с сахаром, сахар пек. (сахар), крахмал картофельный, вода питьевая)	180			13,6	24	1,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб (жареный))	30	2	0,4	12,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (подорожниковый))	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			580	22,7	18,9	54,9	451	14,4
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	160	4,8	4,2	8	91	2,24
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергии) (сок (объемный))	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	ПЮЖИКА (суп-пюре из картофеля, лука репчатого, картофеля, моркови, маиса (подорожниковый), картофеля (п.))	65	8,2	6,3	61,3	334	0
Итого			225	13	10,5	69,3	425	2,24
Ужин								
2010 г	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 90 % жирности, молоко пастер. 3,2 % жирности, яйца, манная крупа (пшеница (п.)), сахар пек. (сахар), ароматизатор, манная крупа (подорожниковый), ароматизатора)	160	22,4	14,8	18,4	294	0
2010	58	ПШОВ (аллергии) (подлива 1 картофеля, картофеля (подорожниковый), картофеля, лука репчатого, моркови, картофеля (п.))	175	11,2	13,5	36,9	313	0,5
2010	87	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (подлива 3,2 % жирности, молоко пастер. 3,2 % жирности, сахара пек. (сахар), соли, ароматизатора)	40	0,9	1,9	5,3	42	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар пек. (сахар))	180	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (подорожниковый))	15	1,1	0,4	8	38	0
Итого			395	24,5	17,1	41,8	414	0
Всего				69,9	63,3	216,4	1663	17,04

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ
18 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (пшеничная мука высшего сорта 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар-песок, соль, йодированная)	130	3,2	2,5	13,4	89	0,2
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергика) (пшеничная мука высшего сорта, сахар-песок, соль, йодированная)	130	1,5	0,2	14,3	65	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сливочное высшего сорта)	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
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергика) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар-песок)	150	0,1		9,8	39	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сливочное высшего сорта)	6	0,1	4,9	0,1	45	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПИЩЕВИЧНЫЙ (хлеб батон пищевой йодированный)	25	1,9	0,7	12,8	65	0
Итого			315	7,5	13,4	38,9	307	0,4
Обед								
2017	19	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль, йодированная, лавровый лист)	150	1,4	1,5	6,8	46	4,9
2010	17	С МЯСОМ (пшеница 1 категории, картофель, лук репчатый, соль, йодированный)	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
2010	57	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (пшеница 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль, йодированная, лавровый лист)	160	11,6	10,6	13,7	198	6,7
2017	114	КИСЕЛЬ КЛУКОВЕЧНЫЙ (ягоды черники с сахаром, сахар-песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	150			11,3	22	0,9
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дрожжевой")	25	1,6	0,3	9,8	49	0
Итого			500	18,7	15,3	41,7	367	12,56
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	129	3,9	3,4	6,4	73	1,8
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергика) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	ПЛОШКА (пшеница 1 категории, сахар-песок, дрожжи сухие, масло сливочное высшего сорта, йодированная соль, йодированная, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), яйца перепелиные)	60	7,5	6,1	56,5	311	0
Итого			189	11,4	9,5	62,9	384	1,8
Ужин								
2010 г	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 9,2 % жирности, сметана пастер. 3,2 % жирности, крупа манная, яйца куриные, яйца перепелиные, соль, йодированная, сахар-песок, масло подсолнечное рафинированное)	130	18,2	11,9	14,8	239	0
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ (аллергика) (пшеница 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатный соус, соль, йодированная, лавровый лист)	140	8,2	14,7	29,6	283	0,5
2010	87	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (масло пастер. 3,2 % жирности, масло сливочное высшего сорта, сахар-песок, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар-песок, ванилин)	30	0,6	1,5	4	32	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар-песок)	150	0,1		8,3	33	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПИЩЕВИЧНЫЙ (хлеб батон пищевой йодированный)	15	1,1	0,4	8	38	0
Итого			325	20	13,8	35,1	342	0
Всего				57,6	52	178,6	1390	14,76

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф-повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В