

МЕНЮ

6 мая 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	19,6	137	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	0,8	11,2	58	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	14,9	97	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар, песок)</small>	180	0,1		13,1	53	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	10,1	17,6	50,1	399	0,4
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>	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>	80/30	14,5	21,7	16,1	314	1,1
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ <small>(яблоки красные, вода питьевая, сахар, песок)</small>	180			9,7	39	0
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
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "дарницкий")</small>	30	2	0,4	12	60	0
Итого			620	24,5	29,6	58,5	609	5,27
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
2008		ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье сахарное, мука высш. сорт)</small>	21	1,6	2,1	15,7	88	0
Итого			171	6,7	6,5	24,2	184	2,37
Ужин								
2017	66	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЙ) <small>(творог 9,0% жирности, крупа рисовая, сахар, песок, яйца куриные (шт. 1), виноград сушеный (изюм), масло сладко-сливочное несоленое, ванилин, соль йодированная, сметана 15% жирности, печенье сахарное, мука высш. сорт)</small>	160	18,5	13,7	24,3	296	0
2010	58	ПЛОВ (аллергики) <small>(говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист)</small>	140	11,2	13,8	28,5	283	2,51
		СТУЩЕННОЕ МОЛОКО <small>(молоко стущенное с сахаром в 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	16,2	46	417	0,25
Всего				62,7	69,9	178,8	1609	8,29

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

МЕНЮ

6 мая 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	4,1	3,5	15,7	112	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) (овсяные хлопья "Геркулес", вода питьевая, сахар, песок, соль, йодированная)	150	2	1	13,2	70	0
		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	11,9	80	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар, песок)	150	0,1		9,8	39	0
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	8	14,3	38	315	0,4
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)	150	2,4	1,8	10,1	62	0,6
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль, йодированная)	10	2,7	1,9		28	0,04
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (говядина 6х, 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)	60/20	11,4	17,9	13,7	259	0,8
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ (картофель, молоко пастер 3,2% жирности, масло сладко-сливочное, несоленое, соль, йодированная)	110	2,4	3,4	8,6	94	3,41
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки красные, вода питьевая, сахар, песок)	180			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			555	20,6	25,3	52	532	4,85
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер 3,2% жирности)	130	3,9	3,4	6,5	74	1,81
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	32	5,9	4,7	75	366	0
Итого			162	9,8	8,1	81,5	440	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 высшего сорта)	130	15	11,3	17,7	234	0
2010	58	ПЛОВ (аллергики) (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль, йодированная, лавровый лист)	150	11,9	14,7	30,4	301	2,68
		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	17,5	13,4	36,6	339	0,2
Всего				55,9	61,1	208,1	1626	7,26

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В