

# МЕНЮ

16 мая 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	3,5	3,9	9,2	87	0,3
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа кукурузная, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180			3,9	16	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)	180	3,4	3,8	17,1	118	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180			11,6	47	0
2017	2	СЫР( порциями) (сыр российский)	8	1,8	2,3		29	0,1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
<b>Итого</b>			<b>402</b>	<b>11</b>	<b>13,8</b>	<b>41,8</b>	<b>339</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ (пюре яблочное)	125			23,1	99	0
<b>Итого</b>			<b>125</b>			<b>23,1</b>	<b>99</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2017	28	СУП-ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С ГРЕНКАМИ (морковь, горох лущеный, лук репчатый, мука пшеничная высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, хлеб-батон пшеничный йодированный)	180/10	6,7	2,1	20,4	126	0,4
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	10	2,7	1,9		28	0,04
2017 г	80	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (говядина 1 категории, соль йодированная, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, лавровый лист)	40/40	12,2	12,8	2,3	172	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	3,3	3,5	21	129	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	40	0,6	1,3	2,9	26	0,9
2022г	1	КИСЕЛЁК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (киселёк детский витаминизированный, вода питьевая)	180			24	395	20,1
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
		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
<b>Итого</b>			<b>655</b>	<b>28,6</b>	<b>22,4</b>	<b>90,3</b>	<b>975</b>	<b>21,74</b>
<b>Полдник</b>								
2010	103	СНЕЖОК (снежок)	160	4,2	4	17,6	123	0
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>4,2</b>	<b>4</b>	<b>17,6</b>	<b>123</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	31	0,4	0,1	1,1	6	4,5
2010	69	РАГУ С КУРОЙ (грудка бройлера, цыплята, картофель, масло подсолнечное, рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	150	5,8	17,4	16,3	247	14,3
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ (аллергики) С МЯСОМ (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, говядина 1 категории)	175	17,7	23,6	20,1	364	8,6
1996г	649	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	180			9,4	4	1,3
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>376</b>	<b>7,3</b>	<b>17,9</b>	<b>34,5</b>	<b>296</b>	<b>20,1</b>
<b>Всего</b>				<b>51,1</b>	<b>58,1</b>	<b>207,3</b>	<b>1832</b>	<b>42,54</b>

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

# МЕНЮ

16 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко пастер. 3.2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	2,9	3,2	7,8	72	0,2
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа кукурузная, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150			3,2	13	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	2,9	3,1	14,5	98	0,2
2017	2	СЫР( порциями) (сыр российский)	6	1,4	1,7		22	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	20	1,5	0,6	10,2	52	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>8,7</b>	<b>11,5</b>	<b>32,6</b>	<b>270</b>	<b>0,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ (пюре яблочное)	125			23,1	99	0
<b>Итого</b>			<b>125</b>			<b>23,1</b>	<b>99</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2017	28	СУП-ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С ГРЕНКАМИ (морковь, горох лущеный, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, хлеб-батон пшеничный йодированный)	150/12	5,7	1,7	17,1	105	0,3
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	10	2,7	1,9		28	0,04
2017 г	80	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (говядина 1 категории, соль йодированная, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, лавровый лист)	30/30	10,5	10,7	2	146	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	90	2,7	2,7	17,3	105	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	30	0,4	0,9	2,2	19	0,6
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая, курага)	150	0,2		9,4	38	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
<b>Итого</b>			<b>527</b>	<b>23,9</b>	<b>18,2</b>	<b>57,9</b>	<b>491</b>	<b>1,24</b>
<b>Полдник</b>								
2010	103	СНЕЖОК (снежок )	130	3,4	3,3	14,3	100	0
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>3,4</b>	<b>3,3</b>	<b>14,3</b>	<b>100</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	24	0,3		0,9	5	3,51
2010	69	РАГУ С КУРОЙ (грудка бройлера цыпята, картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	150	5,9	17,7	17,7	255	15,6
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	150			7,1	3	1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>339</b>	<b>7,3</b>	<b>18,1</b>	<b>33,4</b>	<b>302</b>	<b>20,11</b>
<b>Всего</b>				<b>43,3</b>	<b>51,1</b>	<b>161,3</b>	<b>1262</b>	<b>21,75</b>

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В