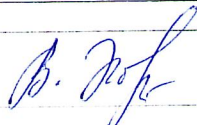


МЕНЮ

1 ноября 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		
Завтрак								
2010	40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая, ядрица, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль, ванилин)	180	5,5	3,8	21	141	0,2
2010	40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа гречневая, ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль, ванилин)	180	2,8	0,8	16	82	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сливочное, несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	4,2	4,3	19,1	133	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, чайковый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		13,1	53	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сливочное, несоленое)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный, ванилин)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	12,1	18,5	55,7	439	0,5
Обед								
2010г	8	РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ (картофель, лук репчатый, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль, ванилин, укроп, базилик, петрушка)	180/15	3,8	7	12,9	130	4,1
2017		И СМЕТАНОЙ (сметана 15 % жирности)	5	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2017	87	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (говядина 1 категории, капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль, ванилин, сметана 15 % жирности, лук репчатый, чеснок сорт, вода питьевая, лавровый лист, лавровый лист, яйца куриные (шт.))	80/80	13,3	22,6	11,4	313	9,1
2017.	42	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (свекла, лук репчатый, масло сливочное, сметанное, соль, ванилин, сметана 15 % жирности, вода питьевая, сахар песок, мука пшеничная высшего сорта)	50	1,1	2,2	6,1	49	2,5
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки красные, вода питьевая, сахар песок)	180			11,6	47	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "Ржаной")	30	2	0,4	12	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный, ванилин)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			635	21,4	33,4	61,9	646	15,72
Полдник								
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ (черная смородина протертая с сахаром, вода питьевая)	150			8,7	4	1,2
2008		ПРЯНИКИ (пряники сахарные)	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			200	3	2,4	46,2	187	1,2
Ужин								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, ванилин, масло сливочное, несоленое)	110	9	10,3	2,1	135	0,1
2010	58	ПЛОВ (аллергики) (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, соль, ванилин, лавровый лист)	160	12,8	15,9	32,7	324	2,89
2010г.	81	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ (морковь, соль, ванилин, масло сливочное, несоленое)	50	0,7	1,2	3,1	27	1,75
		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (кукуруза консервная)	50	1,4		7,5	35	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, чайковый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный, ванилин)	25	1,9	0,7	12,9	66	0
Итого			415	13,1	12,2	35,5	303	1,85
Всего				49,6	66,5	199,3	1575	19,27

Ст. медсестра



КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)



ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

1 ноября 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	40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ <small>(крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)</small>	150	4,7	3,1	17,8	119	0,2
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	4		2,9	0,1	26	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ <small>(кофейный напиток, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок)</small>	160	3,1	3,2	15,1	102	0,2
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			340	9,4	14,7	43,3	344	0,4
Обед								
2010г	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ <small>(картофель, овсяные хлопья "Геркулес", морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная, грудка бройлера, цыпленка)</small>	150/15	3,9	7	11,1	122	3,2
2017		И СМЕТАНОЙ <small>(сметана 15% жирности)</small>	4	0,1	0,6	0,1	6	0,02
2017	87	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ <small>(говядина 1 категории, капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль йодированная, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста, лавровый лист, яйца куриные (шт.))</small>	65/65	12	20,3	10,3	280	8,2
2017.	42	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ <small>(свекла, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая, сахар песок, мука пшеничная высш. сорт)</small>	35	0,9	1,7	4,2	37	1,8
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ <small>(яблоки красные, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)</small>	160			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб, дарницкий)</small>	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			519	18,6	29,9	45,3	534	13,22
Полдник								
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ <small>(черная смородина протертая с сахаром, вода питьевая)</small>	130			7,6	4	1
2008		ПРЯНИКИ <small>(пряники заварные)</small>	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			180	3	2,4	45,1	187	1
Ужин								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	100	8,4	9,3	1,8	124	0,1
2010г.	81	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ <small>(морковь, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	45	0,6	1,1	2,8	24	1,58
		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ <small>(кукуруза консервы)</small>	45	1,3		6,7	32	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	160	0,1		8,9	36	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб батон пшеничный йодированный)</small>	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			370	11,9	11	30,5	268	1,68
Всего				42,9	58	164,2	1333	16,3

Ст. медсестра В. Коровкина КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством) В. Вельгер ВЕЛЬГЕР С В