

МЕНЮ

12 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 | 32 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная) | 180 | 4,9 | 3,5 | 21,4 | 138 | 0,2 |
| 2010 | 32 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная) | 180 | 2,2 | 0,5 | 15,9 | 77 | 0 |
| | | С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-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 | 4,1 | 4,2 | 19 | 132 | 0,3 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 0,1 | | 9,9 | 40 | 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 |
| Итого | | | 402 | 13,1 | 13,8 | 55,9 | 404 | 0,6 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 6 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист) | 180 | 1,4 | 5,3 | 8,7 | 89 | 6,4 |
| 2017 | | С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности) | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 8 | 0,02 |
| 2017 г. | 68 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ (рыба треска филе, молоко пастер 3,2 % жирности, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная) | 80 | 10,9 | 5,7 | 2,4 | 100 | 0,8 |
| 2010 | 78 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 65 | 1,5 | 4,9 | 8,7 | 84 | 3,9 |
| 2010 | 82 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист) | 65 | 1,4 | 5,3 | 4,4 | 72 | 13,6 |
| 2010 | 91 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 180 | | | 9,7 | 39 | 0 |
| | | 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 |
| Итого | | | 620 | 18,4 | 22,8 | 53,8 | 491 | 24,72 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 103 | КЕФИР (кефир 3,2% жирности) | 160 | 4,8 | 5,1 | 6,4 | 88 | 0 |
| 2010 | | СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный) | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| 1997 | 867 | ГРЕНКА ЗАПЕЧЕНАЯ (хлеб-батон пшеничный йодированный, молоко пастер 3,2 % жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное) | 50 | 3,3 | 6,2 | 19,9 | 145 | 0,1 |
| Итого | | | 210 | 8,1 | 11,3 | 26,3 | 233 | 0,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 г | 42 | ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, творог 9,0 % жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, соль йодированная, печенье сахарное мука высш. сорт) | 160 | 11,9 | 10,1 | 26,6 | 245 | 0 |
| 2010 | 69 | РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (аллергики) (говядина 1 категории, картофель, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист) | 180 | 23,9 | 33,4 | 15,7 | 461 | 13,8 |
| 1996г | 577 | СОУС АБРИКОСОВЫЙ (курага, вода питьевая, сахар песок) | 30 | | | 11,6 | 47 | 0 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая) | 180 | | | | | 0 |
| | | ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный) | 15 | 1,1 | 0,4 | 8,2 | 39 | 0 |
| Итого | | | 385 | 13 | 10,5 | 46,4 | 331 | 0 |
| Всего | | | | 52,6 | 58,4 | 182,4 | 1459 | 25,42 |

Ст. медсестра  КОРОВКИНА В СШеф повар (зав. производством)  ВЕЛЬГЕР В С

МЕНЮ

12 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 | 32 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная) | 150 | 4,1 | 2,9 | 17,9 | 115 | 0,2 |
| 2010 | 32 | КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная) | 150 | 2,1 | 0,5 | 23 | 105 | 0 |
| | | С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-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) | 150 | 3,4 | 3,5 | 14,9 | 105 | 0,3 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 150 | 0,1 | | 9,8 | 39 | 0 |
| 2017 | 2 | СЫР (порциями) (сыр российский) | 6 | 1,4 | 1,8 | | 22 | 0 |
| | | ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный) | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0 |
| Итого | | | 330 | 10,4 | 11,7 | 43,1 | 320 | 0,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 6 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист) | 150 | 1,2 | 4,5 | 7,2 | 75 | 5,6 |
| 2017 | | С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности) | 3 | 0,1 | 0,6 | 0,1 | 6 | 0,02 |
| 2010 | 4 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО - ДОМАШНЕМУ (рыба треска филе, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (цг.), мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное) | 70 | 10,4 | 9,2 | 6,6 | 151 | 0,6 |
| 2010 | 78 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 55 | 1,2 | 4,1 | 7,2 | 70 | 3,3 |
| 2010 | 82 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист) | 55 | 1,2 | 4,4 | 3,8 | 61 | 11,6 |
| 2010 | 91 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 160 | | | 7,9 | 31 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий") | 25 | 1,7 | 0,3 | 9,9 | 50 | 0 |
| Итого | | | 518 | 15,8 | 23,1 | 42,7 | 444 | 21,12 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 103 | КЕФИР (кефир 3,2% жирности) | 130 | 3,9 | 4,2 | 5,2 | 72 | 0 |
| 1997 | 867 | ГРЕНКА ЗАПЕЧЁНАЯ (хлеб-батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2 % жирности, яйца куриные (цг.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное) | 30 | 2 | 3,8 | 11,3 | 85 | 0 |
| Итого | | | 160 | 5,9 | 8 | 16,5 | 157 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 г | 42 | ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, творог 9,0 % жирности, яйца куриные (цг.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, соль йодированная, печенье сахарное мука высш.сорт) | 130 | 9,5 | 8,2 | 19,8 | 191 | 0 |
| 1996г | 577 | СОУС АБРИКОСОВЫЙ (курага, вода питьевая, сахар песок) | 20 | | | 4,9 | 19 | 0 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая) | 150 | | | | | 0 |
| | | ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный) | 15 | 1,1 | 0,4 | 8,2 | 39 | 0 |
| Итого | | | 315 | 10,6 | 8,6 | 32,9 | 249 | 0 |
| Всего | | | | 42,7 | 51,4 | 135,2 | 1170 | 21,62 |

Ст, медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В