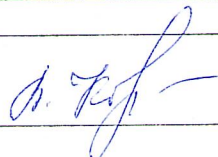


МЕНЮ

5 сентября 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	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	2,9	3,2	7,9	73	0,2
		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	1,3	1,7		21	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	20	1,5	0,6	10,2	52	0
Итого			330	8,6	11,5	32,7	270	0,4
Обед								
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	5,1	1,8	15,9	99	0,3
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
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	10,4	10,9	2	148	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	90	2,7	2,9	17,3	107	
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	30	0,4	1,2	2,2	22	0,6
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая, курага)	160	0,2		9,2	38	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			542	24,6	20	56,6	506	1,26
Полдник								
2010	103	СНЕЖОК (снежок)	130	3,4	3,3	14,3	100	0
Итого			130	3,4	3,3	14,3	100	0
Ужин								
2010	69	РАГУ С КУРОЙ (грудка бройлера цыпята, картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	145	4,4	13,2	17,7	208	15,6
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	150			6,4	3	0,9
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			310	5,5	13,6	31,8	250	16,5
Всего				42,1	48,4	135,4	1126	18,16

Ст. медсестра



КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)



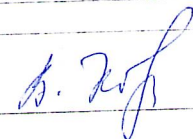
ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

5 сентября 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	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	3,4	3,8	9	85	0,3
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа кукурузная, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180			2,4	10	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	3,5	3,7	16,8	115	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		12,3	49	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	11	13,6	41,3	334	0,7
Обед								
2017	28	СУП-ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С ГРЕНКАМИ (морковь, лук репчатый, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, хлеб-батон пшеничный йодированный)	160/10	6	2	19	117	0,4
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
2017 г	80	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (говядина 1 категории, соль йодированная, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, лавровый лист)	46/40	12,8	13,4	2,4	181	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	3,3	3,4	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	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (киселек 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
Итого			665	29,9	23,8	89,1	989	21,76
Полдник								
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
Итого			160	4,2	4	17,6	123	0
Ужин								
2010	69	РАГУ С КУРОЙ (крупа гречневая, капуста, картофель, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	140	4,1	13	16,3	201	14,3
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	180			8,5	4	1,2
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			335	5,2	13,4	32,5	244	15,5
Всего				50,3	54,8	180,5	1690	37,96

Ст. медсестра



КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)



ВЕЛЬГЕР С В