

МЕНЮ

9 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ <small>(овсяные хлопья "Геркулес" молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)</small>	150	4,1	3,5	15,8	113	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) <small>(овсяные хлопья "Геркулес", вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)</small>	150	2,4	1,2	21,7	107	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>	150	2,3	2,4	11,8	79	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	150	0,1		9,8	39	0
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			330	8	14,3	38	315	0,4
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(макаронные изделия высшего сорта, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)</small>	150	2,4	1,8	10,1	62	0,6
2010	17	С МЯСОМ <small>(говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)</small>	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
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 высшего сорта, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small>	60/20	11,3	17,7	13,5	258	0,8
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
2017	114	КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ <small>(клюква протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)</small>	160			11,8	23	1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "дарницкий")</small>	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			540	21,9	26,1	54	529	5,87
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер. 3,2 % жирности)</small>	130	3,9	3,4	6,5	74	1,81
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) <small>(сок яблочный)</small>	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			130	3,9	3,4	6,5	74	1,81
Ужин								
2017	66	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЙ) <small>(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)</small>	130	15	11,1	17,7	231	0
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО <small>(молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)</small>	20	1,4	1,7	11,2	66	0,2
2010	96	ЧАЙ <small>(чай черный байховый, вода питьевая)</small>	160					0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			325	17,5	13,2	36,6	336	0,2
Всего				51,3	57	135,1	1254	8,28

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

9 сентября 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, 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	4,9	4,2	19	134	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергии) <small>(овсяные хлопья "Геркулес", вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)</small>	180	1,6	0,9	10,3	56	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(масло 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	14,8	97	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	180	0,1		11,8	48	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) <small>(масло 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	17,5	49,4	396	0,4
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(макаронные изделия, вода, лук репчатый, морковь, картофель, 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>	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ <small>(говядина 6к, хлеб батон пшеничный йодированный, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочное несоленое, соль, йодированная)</small>	80/30	14,5	21,6	16,1	316	1,1
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочное несоленое, соль, йодированная)</small>	110	2,4	3,4	8,6	94	3,41
2017	114	КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ <small>(клюква протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)</small>	180			13,3	23	1,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	180	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "Дарницкий")</small>	30	2	0,4	12	60	0
Итого			625	25,9	30,7	62,2	609	6,49
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 (аллергии) <small>(сок яблочный)</small>	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			150	5,1	4,4	8,5	96	2,37
Ужин								
2017	66	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЙ) <small>(творог 10% жирности, крахмал картофельный, сахар песок, вода питьевая, яйцо, ванилин, булочки сухие), масло сливочное несоленое, яйцо, мука пшеничная высшего сорта, молоко пастер. 3,2% жирности, 1 яйцо, сахарная мука высшего сорта)</small>	160	18,5	13,6	24,3	295	0
2010	56	ПЛОВ (аллергии) <small>(говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль, йодированная, лавровый лист)</small>	100	12,8	15,9	32,7	324	2,88
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО <small>(молоко сгущенное с сахаром 8,5% 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	16,1	48	418	0,25
Всего				62,4	68,7	166,1	1517	9,51

Ст. медсестра  КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)  ВЕЛЬГЕР С В