

МЕНЮ

10 сентября 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ (пшено, крупа рисовая, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированный)	180	5,4	4,2	24,6	158	0,3
2010	32	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (пшено, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированный)	180	2,6	0,6	18,1	89	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сливочно-сливочное нежирное)	4		2,9	0,1	26	0
2010	95	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	4,1	4,2	18,7	128	0,3
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	13,6	14,5	58,8	420	0,7
Обед								
2017	9	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ (свиная капуста белокачанная, фасоль, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, томатная паста, вода питьевая, соль, йодированный, лавровый лист, лимонная кислота)	180	2,6	1,8	9,5	67	8,1
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	6	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2017 г.	79	СУФЛЕ РЫБНОЕ (рыба треска филе, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сливочно-сливочное нежирное, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль, йодированный, лавровый лист)	80	14,3	5,6	2,9	119	0,3
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сливочно-сливочное нежирное, соль, йодированный)	65	1,5	4	8,7	76	3,9
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокачанная, масло сливочно-сливочное нежирное, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, соль, йодированный, лавровый лист)	65	1,4	2,1	4,3	43	13,5
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дровяцкий")	30	2	0,4	12,1	61	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			621	23	15,1	53,2	444	25,82
Полдник								
2010	103	КЕФИР (кефир 3,2% жирности)	150	4,5	4,8	6	83	0
2022		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			150	4,5	4,8	6	83	0
Ужин								
2010	64	"ЕЖИКИ" МЯСНЫЕ (говядина 6%, молоко пастер. 3,2 % жирности, яйца куриные (шт.), крупа рисовая, вода питьевая, соль, йодированный, чеснок, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, лавровый лист)	80/40	11,5	12	14,1	210	1
		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (кукуруза консервы)	43	1,3		6,8	32	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			368	14	12,4	38,5	321	1
Всего				55,1	46,8	156,5	1268	27,52

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

10 сентября 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ (пшено, крупа рисовая, молоко пастер 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	4,6	3,5	21	134	0,2
2010	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ (аллергики) (пшено, крупа рисовая, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	2,9	0,6	30,3	138	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	15,9	110	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)	25	1,9	0,7	12,8	65	0
Итого			335	11,3	12,4	49,8	357	0,5
Обед								
2017	9	БОРЩ С ФАСОЛЮ (свекла, капуста белокочанная, фасоль, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, томатная паста, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, лимонная кислота)	150	2,4	1,6	8,1	57	7,1
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	4	0,1	0,6	0,1	7	0,02
2017 г.	79	СУФЛЕ РЫБНОЕ (рыба треска филе, молоко пастер 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	65	11,6	4,7	2,3	99	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	55	1,2	3,5	7,2	65	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	1,7	3,6	35	11,6
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	160			5,8	23	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			514	18,2	12,4	37	336	22,22
Полдник								
2010	103	КЕФИР (кефир 3,2% жирности)	130	3,9	4,2	5,2	72	0
Итого			130	3,9	4,2	5,2	72	0
Ужин								
2010	64	"ЁЖИКИ" МЯСНЫЕ (говядина б/к, молоко пастер 3,2 % жирности, яйца куриные (шт.), крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, чеснок, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, лавровый лист)	60/40	10,2	10,6	12,6	185	0,9
		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (кукуруза консервы)	38	1,1		5,8	28	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		8,4	34	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			303	12,5	11	34,5	286	0,9
Всего				45,9	40	126,5	1051	23,62

Ст, медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В