

МЕНЮ

25 января 2024 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)	220	4,2	4,6	11,1	103	0,4
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа кукурузная, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)	220			3,9	16	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло 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	3,4	3,7	17	116	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		11,8	48	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			442	11,7	14,4	43,6	353	0,8
Обед								
2017	28	СУП-ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С ГРЕНКАМИ (морковь, горох пущеный, лук репчатый, мука пшеничная высш сорт, масло сливочное-сливочное несоленое, вода питьевая, соль, йодированная, хлеб-батон пшеничный йодированный)	210/10	6,8	2,5	21,8	135	0,5
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль, йодированная)	10	2,7	1,9		28	0,04
2017 г	80	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (говядина 1 категории, соль, йодированная, морковь, лук репчатый, масло сливочное-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, лавровый лист)	40/40	12	12,5	2,3	170	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, соль, йодированная, масло сливочное-сливочное несоленое)	110	3,3	3,5	21	129	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сливочное-сливочное несоленое)	40	0,6	1,3	2,9	27	0,9
2022г	1	КИСЕЛЕК 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 "диетический")	48	3,2	0,6	19	95	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			703	29,7	22,7	98,7	1018	21,84
Полдник								
2010	103	СНЕЖОК (творожок)	200	5,2	5	22	154	0
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш сорт, сахар песок, дрожжи сухие, масло сливочное-сливочное несоленое, соль, йодированная, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), ванилин)	70	7,3	6,6	51,7	296	0
Итого			270	12,5	11,6	73,7	450	0
Ужин								
2010	69	РАГУ С КУРОЙ (филе куриное, картофель, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, масло сливочное-сливочное несоленое, соль, йодированная, лавровый лист)	175	7,4	21,8	18,3	299	16,1
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ (аллергики) С МЯСОМ (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, сахар песок, соль, йодированная, лавровый лист, говядина 1 категории)	180	19,2	20	15,9	320	8,9
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	180			8,7	4	1,2
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			370	8,5	22,2	31,7	342	17,3
Всего				62,4	70,9	250,7	2163	39,94

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

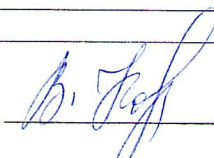
Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С.В.

МЕНЮ

25 января 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко пастер. 3.2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	170	3,3	3,6	8,7	81	0,3
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа кукурузная, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	170			9,7	39	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)	160	3,1	3,3	15,5	105	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	160	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			365	9,7	12,3	37,1	299	0,5
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)	160/12	5,4	1,8	16,6	103	0,3
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	10	2,7	1,9		28	0,04
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)	40/30	12	12,6	2,3	171	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	90	2,7	2,7	17,3	104	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	40	0,6	1,2	2,9	26	0,9
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая, курага)	160	0,2		9,9	41	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	12	60	0
Итого			572	25,6	20,6	61	533	1,54
Полдник								
2010	103	СНЕЖОК (снежок)	180	4,7	4,5	19,8	139	0
2010	104	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш сорт, сахар песок, дрожжи сухие, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3.2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), ванилин)	60	6,4	5,7	43,6	252	0
Итого			240	11,1	10,2	63,4	391	0
Ужин								
2010	69	РАГУ С КУРОЙ (грудка бройлера цыплица, картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	155	6,6	19,5	17,6	274	15,6
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	160			7	3	1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			330	7,7	19,9	32,3	316	16,6
Всего				54,1	63	193,8	1539	18,64

СТ МЕДСЕСТРА  КОРОВКИНА В СШеф повар (зав. производством)  ВЕЛЬГЕР С.В.