

МЕНЮ

29 апреля 2025 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	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	5,4	4	23,1	151	0,3
2010	32	КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии) (пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	2,5	0,6	17,6	86	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	4,6	4,8	19,8	141	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (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	14,1	14,9	58,4	426	0,8
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)	180	1,3	5,3	8,1	86	5,9
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории , морковь, лук репчатый, соль йодированная)	15	4,9	4,2	0,1	58	0
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	4	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2010	51	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (рыба треска филе, хлеб-батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2 % жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	80	11,7	6,2	14	155	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3.2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	65	1,5	3,2	8,6	69	3,9
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, соль йодированная, лавровый лист)	65	1,3	5,3	3,8	70	13,5
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			634	23,9	25,8	64,2	584	23,52
Полдник								
2010	103	КЕФИР (кефир 3,2%жирности)	180	5,4	5,8	7,2	99	0
Итого			180	5,4	5,8	7,2	99	0
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	26,6	244	0
2010	69	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (аллергии) (говядина 1 категории , картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	175	22,7	32,1	15,8	442	13,9
1996г	577	СОУС АБРИКОСОВЫЙ (курага, вода питьевая, сахар песок)	30			11,6	46	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	10,4	46,4	329	0
Всего				56,4	56,9	176,2	1438	24,32

Ст, медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

29 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ 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	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	4	2,9	17,8	115	0,2
2010	32	КАША ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (пшено, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	2,2	0,5	18,4	87	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	3,5	3,5	14,8	106	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	42,9	321	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	1,1	4,5	6,6	72	5,1
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории , морковь, лук репчатый, соль йодированная)	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	3	0,1	0,6	0,1	6	0,02
2010	51	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (рыба треска филе, хлеб-батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2 % жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шг.))	60	8,7	4,8	10,6	118	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	55	1,2	2,5	7,2	56	3,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, соль йодированная, лавровый лист)	55	1,1	4,4	3,2	58	11,5
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			523	18	20	45,6	433	20,18
Полдник								
2010	103	КЕФИР (кефир 3,2%жирности)	150	4,5	4,8	6	83	0
Итого			150	4,5	4,8	6	83	0
Ужин								
2010 г	42	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, творог 9,0 % жирности, яйца куриные (шг.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, соль йодированная, печенье сахарное мука высш.сорт)	130	9,5	8,1	19,8	191	0
2010	69	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (аллергики) (говядина 1 категории , картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	155	17,7	26,4	14,6	367	12,7
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	8,5	32,9	249	0
Всего				43,5	45	127,4	1086	20,68

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