

МЕНЮ

4 апреля 2025 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 | 40 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная) | 150 | 4,6 | 3,1 | 17,9 | 119 | 0,2 |
| 2010 | 39 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная) | 150 | 4,2 | 1,1 | 24 | 123 | 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) | 160 | 3,1 | 3,2 | 14,8 | 101 | 0,2 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 160 | | | 9,8 | 39 | 0 |
| 2017 | 1 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладко-сливочное несоленое) | 6 | 0,1 | 4,9 | 0,1 | 45 | 0 |
| | | ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный) | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,2 | 52 | 0 |
| Итого | | | 340 | 9,3 | 14,7 | 43,1 | 343 | 0,4 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ (пюре яблочное) | 90 | | | 16,6 | 72 | 0 |
| Итого | | | 90 | | | 16,6 | 72 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010г | 8 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ (картофель, овсяные хлопья "геркулес", морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная, говядина 1 категории) | 150/10 | 4,6 | 4,3 | 11,2 | 102 | 3,2 |
| 2017 | | И СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности) | 4 | 0,1 | 0,6 | 0,1 | 6 | 0,02 |
| 2017 | 87 | ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (говядина 1 категории, капуста белокачанная, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль йодированная, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста, лавровый лист, яйца куриные (шт.), говядина б/к) | 65/65 | 10 | 19 | 10,7 | 263 | 8,8 |
| 2017. | 42 | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (свекла, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая, сахар песок, мука пшеничная высш. сорт) | 35 | 0,9 | 1,6 | 4,7 | 39 | 1,9 |
| 2010 | 90 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки красные, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота) | 160 | | | 9,7 | 39 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий") | 25 | 1,7 | 0,3 | 9,9 | 50 | 0 |
| Итого | | | 514 | 17,3 | 25,8 | 46,3 | 499 | 13,92 |
| Полдник | | | | | | | | |
| к/к | к/к | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимон, сахар песок, вода питьевая) | 180 | 0,1 | | 15 | 62 | 1,4 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ (пряники заварные) | 50 | 3 | 2,4 | 37,5 | 183 | 0 |
| Итого | | | 230 | 3,1 | 2,4 | 52,5 | 245 | 1,4 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 43 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое) | 100 | 8,5 | 9,5 | 1,8 | 127 | 0,1 |
| 2010г. | 81 | МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ (морковь, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое) | 45 | 0,6 | 1,2 | 3,1 | 27 | 0,9 |
| | | КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (кукуруза консервы) | 45 | 1,3 | | 6,7 | 32 | 0 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 160 | 0,1 | | 8,8 | 35 | 0 |
| | | ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный) | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52 | 0 |
| Итого | | | 370 | 12 | 11,3 | 30,7 | 273 | 1 |
| Всего | | | | 41,7 | 54,2 | 189,2 | 1432 | 16,72 |

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

МЕНЮ

4 апреля 2025 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 | 40 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная) | 180 | 5,5 | 3,8 | 20,5 | 138 | 0,2 |
| 2010 | 40 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная) | 180 | 2,6 | 0,7 | 15,9 | 81 | 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 | 4,2 | 4,3 | 19,4 | 134 | 0,3 |
| 2010 | 96 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 0,1 | | 11,8 | 48 | 0 |
| 2017 | 1 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционн) (масло сладко-сливочное несоленое) | 8 | 0,1 | 6,6 | 0,1 | 60 | 0 |
| | | ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный) | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 | 0 |
| Итого | | | 402 | 12,1 | 18,5 | 55,5 | 437 | 0,5 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ (пюре яблочное) | 90 | | | 16,6 | 72 | 0 |
| Итого | | | 90 | | | 16,6 | 72 | 0 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010г | 8 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ (картофель, овсяные хлопья "геркулес", морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная, говядина 1 категории) | 180/10 | 4,5 | 4,4 | 12,9 | 110 | 4,2 |
| 2017 | | И СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности) | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 8 | 0,02 |
| 2017 | 87 | ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (говядина 1 категории, капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль йодированная, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста, лавровый лист, яйца куриные (шт.), говядина б/к) | 70/70 | 10,1 | 19,2 | 11,1 | 269 | 9 |
| 2017. | 42 | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (свекла, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая, сахар песок, мука пшеничная высш. сорт) | 55 | 1,2 | 2,2 | 6,3 | 51 | 2,7 |
| 2010 | 90 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки красные, вода питьевая, сахар песок) | 180 | | | 11,6 | 47 | 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 | | | 615 | 19 | 27,4 | 61,8 | 584 | 15,92 |
| Полдник | | | | | | | | |
| к/к | к/к | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимон, сахар песок, вода питьевая) | 180 | 0,1 | | 14,9 | 61 | 1,4 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ (пряники заварные) | 50 | 3 | 2,4 | 37,5 | 183 | 0 |
| Итого | | | 230 | 3,1 | 2,4 | 52,4 | 244 | 1,4 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 43 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое) | 110 | 9 | 10,3 | 2,1 | 135 | 0,1 |
| 2010 | 58 | ПЛОВ (аллергики) (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, лавровый лист) | 155 | 12,2 | 11,5 | 31,9 | 280 | 0,4 |
| 2010г. | 81 | МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ (морковь, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое) | 50 | 0,7 | 1,2 | 3,1 | 27 | 1,75 |
| | | КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (кукуруза консервы) | 50 | 1,4 | | 7,5 | 35 | 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) | 25 | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 66 | 0 |
| Итого | | | 415 | 13,1 | 12,2 | 35,5 | 303 | 1,85 |
| Всего | | | | 47,3 | 60,5 | 221,8 | 1640 | 19,67 |

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