



МЕНЮ

6 февраля 2025 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)	150	2,9	3,2	7,8	72	0,2
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа кукурузная, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150			4,9	19	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)	150	2,9	3,1	14,5	98	0,2
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	1,7		21	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	20	1,5	0,6	10,2	52	0
Итого			330	8,7	11,5	32,6	269	0,4
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)	150/12	5,3	1,6	16,3	100	0,3
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
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)	30/30	10,8	11,2	1,9	152	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	90	2,7	2,6	17,4	104	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	30	0,4	1	2,2	20	0,6
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая, курага)	160	0,2		10,1	42	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			542	25,2	19,6	57,9	510	1,26
Полдник								
2010	103	СНЕЖОК (снежок)	130	3,4	3,3	14,3	100	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	6,2	5,9	43,3	250	0
Итого			190	9,6	9,2	57,6	350	0
Ужин								
2010	69	РАГУ С КУРОЙ (грудка бройлера цыпята, картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	155	6,7	19,6	17,6	276	15,6
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	150			6,6	3	0,9
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			320	7,8	20	31,9	318	16,5
Всего				51,3	60,3	180	1447	18,16

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



МЕНЮ
6 февраля 2025 г.
Сад 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	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко пастер. 3.2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	3,5	3,9	9,1	86	0,3
		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)	180	3,5	3,8	17	117	0,3
2017	2	СЫР(порциями) (сыр российский)	8	1,7	2,2		27	0,1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	11	13,7	41,6	335	0,7
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)	180/10	6,3	2,1	19,6	121	0,4
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
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)	45/40	13,3	13,8	2,4	187	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	3,3	3,4	21	128	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	40	0,6	1,3	2,9	27	0,9
2022г	1	КИСЕЛЁК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (киселёк 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 "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			665	30,7	24,3	89,7	999	21,76
Полдник								
2010	103	СНЕЖОК (снежок)	160	4,2	4	17,6	123	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 сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3.2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), ванилин)	65	6,7	6,4	47,9	276	0
Итого			225	10,9	10,4	65,5	399	0
Ужин								
2010	69	РАГУ С КУРОЙ (грудка бройлера цыплята, картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	155	6,6	19,5	16,3	269	14,3
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			350	7,7	19,9	32,7	312	15,5
Всего				60,3	68,3	229,5	2045	37,96

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В