

МЕНЮ

24 февраля 2025 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ <small>(овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)</small>	180	5,1	4,3	19,3	136	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергии) <small>(овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)</small>	180	1,7	0,9	11,4	61	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	4		2,9	0,1	26	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ <small>(чай черный байховый, вода питьевая, молоко пастер 3,2% жирности, сахар песок)</small>	180	2,8	3	14,7	98	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	180	0,1		12,3	49	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	10,3	17,7	49,6	399	0,4
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(макаронные изделия высш. сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, соль, йодированная, лавровый лист)</small>	180	2,9	2,2	12,1	74	0,72
2010	17	С МЯСОМ <small>(говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль, йодированная)</small>	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ <small>(говядина б\к, хлеб-батон пшеничный йодированный, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль, йодированная)</small>	80/30	14,5	21,7	16,2	315	1,1
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(картофель, молоко пастер 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль, йодированная)</small>	110	2,4	3,4	8,6	94	3,41
2017	114	КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ <small>(клюква протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)</small>	180			13,6	24	1,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "дарницкий")</small>	30	2	0,4	12	60	0
Итого			625	25,9	30,6	62,6	609	6,49
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко пастер 3,2% жирности)</small>	149	5	4,4	8,4	95	2,35
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергии) <small>(сок яблочный)</small>	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	РОГАЛИК <small>(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)</small>	70	7,3	6,7	53,9	305	0
Итого			219	12,3	11,1	62,3	400	2,35
Ужин								
2017	66	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЙ) <small>(творог 90% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), виноград сушеный (изюм), масло сладко-сливочное несоленое, ванилин, соль, йодированная, сметана 15% жирности, печенье сахарное, мука высш. сорт)</small>	160	18,5	13,6	24,3	295	0
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО <small>(молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)</small>	25	1,8	2,1	14	82	0,25
2010	96	ЧАЙ <small>(чай черный байховый, вода питьевая)</small>	180					0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный йодированный)</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			380	21,4	16,1	46	416	0,25
Всего				69,9	75,5	220,5	1824	9,49

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

24 февраля 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "Геркулес" молоко пастер 3,2% жирности вода питьевая сахар песок соль йодированная)	150	4	3,5	16	113	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) (овсяные хлопья "Геркулес" вода питьевая сахар песок соль йодированная)	150	1,7	0,9	13,9	71	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	2,3	2,4	11,9	80	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый вода питьевая сахар песок)	150	0,1		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			330	7,9	14,3	38,3	316	0,4
II Завтрак								
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ (пюре яблочное)	125			23,1	99	0
Итого			125			23,1	99	0
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия выш. сорт морковь лук репчатый масло подсолнечное рафинированное томатная паста вода питьевая соль йодированная пшеничный лист)	150	2,4	1,8	10,1	62	0,6
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории морковь лук репчатый соль йодированная)	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (говядина б/к хлеб-батон пшеничный йодированный вода питьевая лук репчатый масло подсолнечное рафинированное мука пшеничная выш. сорт молоко пастер 3,2% жирности масло сладко-сливочное несоленое соль йодированная)	60/20	11,3	17,3	13,6	255	0,8
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель молоко пастер 3,2% жирности масло сладко-сливочное несоленое соль йодированная)	110	2,4	3,4	8,6	94	3,41
2017	114	КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ (клюква протертая с сахаром сахар песок крахмал картофельный вода питьевая)	160			12	23	1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб-бараний)	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			540	21,9	25,7	54,3	526	5,87
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 3,2% жирности)	130	3,9	3,4	6,5	74	1,81
2010	104	РОГАЛИК (мука пшеничная выш. 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	6,3	46	266	0
Итого			190	10,3	9,7	52,5	340	1,81
Ужин								
2017	66	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЙ) (творог 9,0% жирности крупа рисовая сахар песок яйца куриные (шт.) виноград сушеный (изюм) масло сладко-сливочное несоленое ванилин соль йодированная сметана 15% жирности лезеные сахарное мука выш. сорт)	130	14,9	11,4	17,9	235	0
		СГУЩЕННОЕ МОЛОКО (молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	20	1,4	1,7	11,2	66	0,2
2010	96	ЧАЙ (чай черный байховый вода питьевая)	160					0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			325	17,4	13,5	36,8	340	0,2
Всего				57,5	63,2	205	1621	8,28

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