

МЕНЮ

13 марта 2025 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008		КАША ОВСЯНАЯ "ГРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКА (овсяные хлопья "Гркулес", крупа гречневая жидкая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, йодированная, сахар, песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	5,7	4	21,6	145	0,2
		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	2,8	3	13,7	94	0,2
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	12,6	13,1	50,8	373	0,5
Обед								
1997	153	БУЛЬОН МЯСНОЙ (помидоры 1 категория, морковь, лук репчатый, вода питьевая)	180	5,7	4,7	2,2	74	0,9
1997	34	С КЛГЦКАМИ (крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, йодированная)	20	1,2	1,2	5,4	36	0
2010	59	ШНИЦЕЛИ ИЗ МЯСА (помидоры 1 категория, хлеб-батон пшеничный йодированный, лук репчатый, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, йодированная, мука пшеничная высшего сорта, масло подсолнечное рафинированное)	70	10,8	11,7	11,1	190	0,4
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (соль, йодированная, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, лавровый лист, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая)	130	2,4	2,6	7,6	66	22,3
2022г	1	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (кисель детский витаминизированный, вода питьевая)	180			24	395	20,1
2022	2	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	23	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			625	23,2	21	70	860	43,7
Полдник								
2010	103	СНЕГ ЖОК (ганжак)	131	3,4	3,3	14,4	101	0
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008	108	ВАТРУШКА С ПОВИДЛО (мука пшеничная высшего сорта, сахар, песок, масло сладко-сливочное несоленое, вода куриные яйца, соль, йодированная, дрожжи сухие, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, ванилин, повидло)	60/20	6,5	3,9	57,6	292	0
Итого			211	9,9	7,2	72	393	0
Ужин								
2017	102	СУФЛГ КУРИНОГ (филе куриное, яйца, вода питьевая, соль, йодированная, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	70	12,6	31,5	0,1	335	0
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль, йодированная)	130	2,9	4,1	10,2	111	4,06
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар, песок, вода питьевая)	180			11,6	46	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			395	16,6	36	29,6	531	4,06
Всего				62,3	77,3	222,4	2157	48,26

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

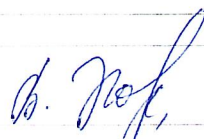
МЕНЮ

13 марта 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								
2008		КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "Геркулес", крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, йодированная, сахар песок, масло сливочное несоленое)	150	4,6	3,2	17,9	119	0,2
2010	40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)	150	2,4	0,7	15,9	79	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)	150	2,3	2,4	13,5	86	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	1,8		22	0,05
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	25	1,9	0,7	12,8	65	0
Итого			335	10,2	11	44,3	318	0,45
Обед								
1997	153	БУЛЬОН МЯСНОЙ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, вода питьевая)	150	4,9	3,9	1,8	62	0,7
1997	34	С МАНИШЫМИ КЛЕЦКАМИ (крупа манная, масло сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, йодированная)	15	1	1,1	4,6	31	0
2010	59	ШНИЦЛИ ИЗ МЯСА (говядина 1 категории, бульон мясной йодированный, лук репчатый, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, йодированная, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта)	65	9,9	10,8	9,3	173	0,3
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (соль, йодированная, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, лавровый лист, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая)	130	2,4	2,8	7,5	67	22,3
2017	114	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ (ягоды протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	160			16,3	30	1,4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дровяцкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			545	19,9	18,9	49,4	413	24,7
Полдник								
2010	103	СНЕЖОК (топленое)	116	3	2,9	12,7	89	0
2008	108	ВАТРУШКА С ПОВИДЛО (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль, йодированная, дрожжи сухие, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, ванилин, повидло)	60/20	7,4	4,3	62,2	316	0
Итого			196	10,4	7,2	74,9	405	0
Ужин								
2017	102	СУФЛЕ КУРИНОЕ (филе куриное, картофель, вода питьевая, соль, йодированная, яйца куриные (шт.), масло сливочное несоленое, сыр российский)	60	10	26,3	0,1	277	0
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сливочное несоленое, соль, йодированная)	110	2,4	3,4	8,6	94	3,44
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (плоды сухие, сахар песок, вода питьевая)	150			9,7	39	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			335	13,5	30,1	26,1	449	3,44
Всего				54	67,2	194,7	1585	28,59

Ст. медсестра



КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)



ВЕЛЬГЕР С В