

МЕНЮ

14 марта 2025 г.
Ясли 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								
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ (макаронные изделия высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	150	4,2	3,6	14,4	108	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики) (макаронные изделия высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная)	100	3,8	0,5	24	115	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		9,9	40	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)	25	1,9	0,7	12,8	65	0
Итого			335	6,3	12,1	37,3	284	0,3
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	160/10	3,4	3,5	6,1	72	9,5
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	5	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое)	160	11,7	16,6	20	276	10,1
2010	86	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, лук репчатый, соль йодированная)	35	0,5	1,4	2,6	27	0,3
2017	42	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ (свекла, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая)	30	0,5	1,4	2,8	26	1,3
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки красные, вода питьевая, сахар песок)	160			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			585	17,9	24	51,3	498	21,22
Полдник								
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ (брусника протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	150			7	3	1
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			200	3	2,4	44,5	186	1
Ужин								
2017	61	ОМЛЕТ С СЫРОМ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое)	100	8	9,7	1,5	127	0,1
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕННЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (горошек зеленый консервы)	40	1,3		2,6	16	4,02
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			305	10,5	10,1	20,1	215	4,12
Всего				37,7	48,6	153,2	1183	26,64

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

14 марта 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								
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ (макаронные изделия высшего сорта, вода питьевая, соль, гидрокарбонат натрия (пастер. 3,2 % жирности, сахар, песок)	180	5,1	4,5	16,7	128	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии) (макаронные изделия высшего сорта, вода питьевая, соль, гидрокарбонат натрия, сладкое сливочное несоленое)	110	3,2	3,5	20,6	127	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладкое сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар, песок)	185	4,9	4,9	17,5	135	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар, песок)	180	0,1		11,8	48	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладкое сливочное несоленое)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный гидрокарбонатный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			407	12,4	19,8	49,8	428	0,6
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль, гидрокарбонатный)	180	1,4	1,8	6,6	50	10,2
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	5	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2010	66	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладкое сливочное несоленое)	170	13,1	17,5	25,9	314	13,1
2010	86	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, масло сладкое сливочное несоленое, томатная паста, лук репчатый, соль, гидрокарбонатный)	40	0,5	1,4	2,8	29	0,3
2017	42	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ (свекла, масло сладкое сливочное несоленое, соль, гидрокарбонатный, сметана 15% жирности, вода питьевая)	40	0,7	1,6	3,8	33	1,7
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки красные, вода питьевая, сахар, песок, лимонная кислота)	180			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дроздовский")	30	2	0,4	12	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный гидрокарбонатный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			660	18,9	23,9	68,7	572	25,32
Полдник								
1996г.	649	НАПИТОК ЯГОДНЫЙ (брусника протертая с сахаром, сахар, песок, вода питьевая)	170			8,2	4	1,1
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			220	3	2,4	45,7	187	1,1
Ужин								
2017	61	ОМЛЕТ С СЫРОМ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, гидрокарбонатный, сыр российский, масло сладкое сливочное несоленое)	100	7,3	9,1	1,5	118	0,1
2010	57	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (аллергии) (говядина 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль, гидрокарбонатный, лавровый лист)	150	10,6	14,4	14,1	238	7,94
		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (горошек зеленый консервы)	35	1,1		2,3	14	3,52
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 гидрокарбонатный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			330	9,6	9,5	21,4	211	3,62
Всего				43,9	55,6	185,6	1398	30,64

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В