


МЕНЮ

24 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								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ <small>(овсяные хлопья "Геркулес", молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль, подорожанная)</small>	150	4,1	3,5	16,1	113	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) <small>(овсяные хлопья "Геркулес", вода питьевая, сахар песок, соль, подорожанная)</small>	150	2,4	1,2	21,7	107	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>	150	2,3	2,4	11,9	80	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small>	150	0,1		9,8	39	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционное) <small>(масло сладко-сливочное несоленое)</small>	6	0,1	4,9	0,1	45	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный подорожанный)</small>	20	1,5	0,6	10,2	52	0
Итого			330	8	14,3	38,4	316	0,4
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(макаронные изделия высшего сорта, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, картофельная мука, вода питьевая, соль, подорожанная, подорожанная мука)</small>	150	2,4	1,8	10,1	62	0,6
2010	17	С МЯСОМ <small>(говядина 1 категория, морковь, лук репчатый, соль, подорожанная)</small>	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ <small>(говядина бк, хлеб-батон пшеничный подорожанный, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль, подорожанная)</small>	60/20	11,3	17,3	13,6	255	0,8
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>(картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль, подорожанная)</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>	160			12	23	1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>(хлеб "Дарницкий")</small>	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 <small>(молоко пастер. 3,2% жирности)</small>	150	4,5	3,9	7,5	85	2,08
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) <small>(сок яблочный)</small>	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	РОГАЛИК <small>(мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, дрожжи сухие, масло сладко-сливочное несоленое, соль, подорожанная, молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), ванилин)</small>	60	6,4	6,3	46	266	0
Итого			210	10,9	10,2	53,5	351	2,08
Ужин								
2017	66	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЙ) <small>(творог 9,0% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), ванилин, сухие дрожжи, лимон, масло сладко-сливочное несоленое, ванилин, соль, подорожанная, сметана 15% жирности, пенные сахарные мука высшего сорта)</small>	130	14,9	11,5	18	236	0
		СГУЩЕНОЕ МОЛОКО <small>(молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)</small>	20	1,4	1,7	11,2	66	0,2
2010	96	ЧАЙ <small>(чай черный байховый, вода питьевая)</small>	160					0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб-батон пшеничный подорожанный)</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			325	17,4	13,6	36,9	341	0,2
Всего				58,2	63,8	183,1	1534	8,55

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

МЕНЮ

24 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								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "Геркулес", молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль, водороданная)	180	5,1	4,3	19,2	136	0,2
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байковый, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	180	2,8	3	14,4	96	0,2
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный водороданный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	10,3	17,7	49,2	397	0,4
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия высшего сорта, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая, соль, водороданная, консервный суп)	180	2,9	2,2	12,1	74	0,72
2010	17	С МЯСОМ (мякоть 1 категории, морковь, лук репчатый, соль, водороданная)	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (говядина 0/1, хлеб-батон пшеничный водороданный, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль, водороданная)	80/30	14,5	21,7	16	314	1,1
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль, водороданная)	110	2,4	3,4	8,6	94	3,41
2017	114	КИСЕЛЬ КЛЮКВИННЫЙ (клюква протертая в сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180			13,6	24	1,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байковый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дровяцкий")	30	2	0,4	12	60	0
Итого			625	25,9	30,6	62,4	608	6,49
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2% жирности)	170	5,7	5	9,6	109	2,68
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	РОГАЛИК (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, дрожжи сухие, масло сладко-сливочное несоленое, соль, водороданная, молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), ванилин)	70	7,3	6,6	53,9	305	0
Итого			240	13	11,6	63,5	414	2,68
Ужин								
2017	66	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ (ЗАПЕЧЕННЫЙ) (творог 9,0% жирности, крупа рисовая, сахар песок, яйца куриные (шт.), ванилин, тушеный баклаж., масло сладко-сливочное несоленое, консервный суп, водороданная, сметана 15% жирности, печенье сахарное, мука высшего сорта)	160	18,5	13,7	24,3	297	0
		СТУЩЕНОЕ МОЛОКО (молоко сладкое с сахаром 8,5% жирности)	25	1,8	2,1	14	82	0,25
2010	96	ЧАЙ (чай черный байковый, вода питьевая)	180					0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный водороданный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			380	21,4	16,2	46	418	0,25
Всего				70,6	76,1	221,1	1837	9,82

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В