

МЕНЮ

31 марта 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	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа ячневая, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)	180	4,5	3,5	19,1	126	0,2
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа ячневая, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)	180	1,9	0,3	17,4	80	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)	180	2,8	3	16,7	106	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		13,1	53	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	9,7	16,9	51,4	397	0,4
Обед								
2017	19	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (пшеница твердая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль, йодированная, лавровый лист)	180	1,4	1,9	6,7	50	6,1
2010	57	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ (говядина 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль, йодированная, лавровый лист)	180	9,6	8,5	19,8	195	9,7
2017	114	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ (яблоко протертое с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180			15,3	31	1,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дропичко")	30	2	0,4	12,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			585	14,1	11,2	61,6	375	17
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	170	5,1	4,4	8,5	97	2,37
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	ПЛЮШКА (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, дрожжи сухие, масло сладко-сливочное несоленое, соль, йодированная, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), ванилин)	65	8,2	6,3	61,2	333	0
Итого			235	13,3	10,7	69,7	430	2,37
Ужин								
2010 г	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 90 % жирности, молоко пастер. 3,2 % жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль, йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	170	23,8	15,7	19,5	313	0
2010	58	ПЛОВ (аллергики) (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, помидорная паста, соль, йодированная, лавровый лист)	180	11,6	12,3	37	304	0,5
2010	87	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	40	0,9	1,8	5,3	41	0
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 йодированный)	15	1,1	0,4	8	38	0
Итого			405	25,9	17,9	42,7	432	0
Всего				63	56,7	225,4	1634	19,77

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф-повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

31 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	36	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа ячневая, молоко пастер 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)	150	3,8	2,8	15,6	103	0,2
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа ячневая, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)	150	1,9	0,3	22,2	99	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	12,4	82	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)	25	1,9	0,7	12,8	65	0
Итого			335	8,1	13,7	41	321	0,4
Обед								
2017	19	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (капуста белокачанная, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль, йодированная, лавровый лист)	150	1,4	1,6	6,8	47	4,9
2010	57	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (говядина 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль, йодированная, лавровый лист)	160	8,4	7,7	17,5	175	8,6
2017	114	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ (ягодка протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	160			11,8	23	1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "двундичик")	25	1,6	0,3	9,8	49	0
Итого			495	11,4	9,6	45,9	294	14,5
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 3,2 % жирности)	149	4,5	3,9	7,4	84	2,07
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2010	104	ПЛЮШКА (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, дрожжи сухие, масло сладко-сливочное несоленое, соль, йодированная, молоко пастер 3,2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), ванилин)	60	7,6	6,3	56,4	313	0
Итого			209	12,1	10,2	63,8	397	2,07
Ужин								
2010 г	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 9,0 % жирности, молоко пастер 3,2 % жирности, крупа манная, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль, йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	150	20,9	13,8	17,3	277	0
2010	87	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (молоко пастер 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	30	0,6	1,3	4	30	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		8,4	34	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	8	38	0
Итого			345	22,7	15,5	37,7	379	0
Всего				54,3	49	188,4	1391	16,97

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В