

МЕНЮ

20 декабря 2023 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер 3.2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	220	4,8	3,9	17,9	127	0,3
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергии) (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	220	1,6	0,8	9,6	52	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)	180	0,1		8,7	35	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			442	7,3	14,3	42,2	327	0,3
Обед								
2017	12	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСОМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная, говядина 1 категории)	210/15	6	5,8	12,2	125	8,7
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	10	0,3	1,5	0,4	16	0,04
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, говяжья печень, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста)	65/40	16,9	10,6	2,4	196	12,4
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	7,4	5,2	32,8	211	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	50	0,7	1,7	3,7	33	1,1
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (курага, сахар песок, вода питьевая)	180			4,9	20	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	48	3,2	0,6	19	95	0
Итого			763	35,6	25,8	83,1	735	22,24
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 3.2 % жирности)	168	5	4,3	8,3	95	2,32
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергии) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш сорт)	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			218	8,8	9,2	45,5	304	2,32
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)	180	25,7	16,9	21,3	340	0
2010	58	ПЛОВ (аллергии) (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, лавровый лист)	220	17,7	21,8	45	446	3,97
2010	87	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (молоко пастер 3.2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	65	1,4	2,9	8,7	66	0,1
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	180			8,6	4	1,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180			14,4	58	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			440	28,2	20,2	46,3	449	1,3
Всего				79,9	69,5	217,1	1815	26,16

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С.В.

МЕНЮ

20 декабря 2023 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	31	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	3,8	3,2	14,9	104	0,2
2010	34	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	170	1,7	0,9	13,9	71	
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		3,3		30	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	160	0,1		10,5	42	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			375	5,9	12,1	38,3	286	0,2
Обед								
2017	12	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСОМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная, говядина 1 категории)	150/15	5,3	5,1	8,8	102	6,3
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	10	0,3	1,5	0,4	16	0,04
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, говяжья печень, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста)	45/40	13,7	8,6	2	160	10,1
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	5,7	4	25,2	162	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	40	0,6	1,3	2,9	26	0,9
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (курага, сахар песок, вода питьевая)	160			4,9	20	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	12	60	0
Итого			590	27,6	20,9	56,2	546	17,34
Полдник								
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2 % жирности)	168	5	4,3	8,3	95	2,32
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	40	3	3,9	29,8	167	0
Итого			208	8	8,2	38,1	262	2,32
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)	145	20,7	13,5	17,3	273	0
2010	87	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, ванилин)	50	1,1	2,4	6,6	52	0
1996г.	649	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ. ПРОТЁРТОЙ С САХАРОМ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, вода питьевая)	160			6,9	3	1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			370	22,9	16,3	38,5	367	1
Всего				64,4	57,5	171,1	1461	20,86

СТ МЕДСЕСТРА

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С.В.