



МЕНЮ

6 февраля 2025 г.
Сад 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 14 | * СЫР ПОРЦИОННЫЙ (* сыр российский) | 15 | 4,16 | 3,21 | 0,00 | 50,29 | 0,04 |
| 2010 | 35 | * КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (* крупа пшеничная, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное) | 200 | 7,30 | 7,00 | 26,72 | 200,05 | 0,83 |
| 2010 | 98 | * КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок) | 180 | 4,05 | 3,49 | 15,41 | 110,26 | 0,75 |
| 2008 | | * БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный) | 40 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 104,80 | 0,00 |
| Итого | | | 435 | 18,51 | 14,86 | 62,69 | 465,40 | 1,62 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | * ЯБЛОКО (* яблоки) | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,52 | 15,00 |
| Итого | | | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,52 | 15,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 6 | * БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (* свекла, * капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * бройлеры цыплята потрош. 1 категории) | 200/20/10 | 4,05 | 5,56 | 7,03 | 99,16 | 5,60 |
| 2010 | 70 | * ПЛОВ С ПТИЦЕЙ (* бройлеры цыплята потрош. 1 категории, * масло сливочное, * лук, * морковь, * крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное) | 200 | 16,85 | 18,20 | 37,68 | 382,12 | 1,46 |
| 2008 | 441 | * НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (* шиповник сухой, * сахар песок, вода питьевая) | 180 | 0,59 | 0,24 | 25,85 | 119,26 | 72,00 |
| 2008 | | * ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной) | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 | 0,00 |
| Итого | | | 650 | 24,14 | 24,35 | 87,52 | 682,12 | 79,06 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 93 | * КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., * сахар песок, вода питьевая) | 180 | 0,00 | 0,00 | 25,36 | 101,40 | 0,00 |
| Итого | | | 180 | 0,00 | 0,00 | 25,36 | 101,40 | 0,00 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 258 | * МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* крупа манная, * сахар песок, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * морковь, яйца куриные (шт.), * сметана 15% жирности, * творог 9,0% жирности, * молоко сгущенное 8,5% жирности, * сухари панировочные) | 150/25 | 16,77 | 13,22 | 27,59 | 321,49 | 1,31 |
| 2010 | 96 | * ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая) | 180 | 0,10 | 0,00 | 0,20 | 1,22 | 0,02 |
| 2008 | | * БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный) | 40 | 3,00 | 1,16 | 20,56 | 104,80 | 0,00 |
| Итого | | | 395 | 19,87 | 14,38 | 48,35 | 427,51 | 1,33 |
| Всего | | | | 63,12 | 54,19 | 238,62 | 1 746,95 | 97,01 |

Ст.медсестра _____

Удрис В.В.

МЕНЮ

6 февраля 2025 г.
Ясли 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 | 14 | * СЫР ПОРЦИОННЫЙ (* сыр российский) | 10 | 2,73 | 2,10 | 0,00 | 32,91 | 0,03 |
| 2010 | 35 | * КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (* крупа пшеничная, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное) | 150 | 5,49 | 5,19 | 19,93 | 149,10 | 0,62 |
| 2010 | 98 | * КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок) | 150 | 3,38 | 2,91 | 13,25 | 93,50 | 0,62 |
| 2008 | | * БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный) | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 340 | 13,85 | 11,07 | 48,60 | 354,11 | 1,27 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | * ЯБЛОКО (* яблоки) | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 | 15,00 |
| Итого | | | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 | 15,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 6 | * БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (* свекла, * капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * бройлеры цыплята потрош. 1 категории) | 180/15/9 | 3,91 | 5,32 | 6,35 | 93,34 | 5,08 |
| 2010 | 70 | * ПЛОВ С ПТИЦЕЙ (* бройлеры цыплята потрош. 1 категории, * масло сливочное, * лук, * морковь, * крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное) | 180 | 15,17 | 16,25 | 33,94 | 342,91 | 1,32 |
| 2008 | 441 | * НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (* шиповник сухой, * сахар песок, вода питьевая) | 180 | 0,59 | 0,24 | 25,73 | 118,70 | 71,67 |
| 2008 | | * ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной) | 28 | 1,85 | 0,25 | 11,87 | 57,11 | 0,00 |
| Итого | | | 592 | 21,52 | 22,06 | 77,89 | 612,06 | 78,07 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2010 | 93 | * КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., * сахар песок, вода питьевая) | 150 | 0,00 | 0,00 | 21,10 | 84,37 | 0,00 |
| Итого | | | 150 | 0,00 | 0,00 | 21,10 | 84,37 | 0,00 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 258 | * МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* крупа манная, * сахар песок, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * морковь, яйца куриные (шт.), * сметана 15% жирности, * творог 9,0% жирности, * молоко сгущенное 8,5% жирности, * сухари панировочные) | 130/22 | 14,69 | 11,68 | 24,23 | 282,57 | 1,14 |
| 2010 | 96 | * ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая) | 150 | 0,08 | 0,00 | 0,17 | 1,00 | 0,02 |
| 2008 | | * БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный) | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 332 | 17,02 | 12,55 | 39,82 | 362,17 | 1,16 |
| Всего | | | | 52,99 | 46,28 | 202,11 | 1 483,21 | 95,50 |

Ст.медсестра



Удрис В.В.