



МЕНЮ

24 января 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	13	* МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ (*масло сливочное)	8	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	4,85	5,20	16,96	134,74	0,62
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,38	2,91	13,33	93,82	0,62
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			338	10,56	15,62	45,79	367,16	1,24
II Завтрак								
2008	442	* СОК "АГУША" (* сок "агуша")	200	1,00	0,20	19,75	85,79	3,99
Итого			200	1,00	0,20	19,75	85,79	3,99
Обед								
2010	12	* СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * горошек зеленый консервы, * сметана 15% жирности, * бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	180/15	4,64	5,75	7,30	103,84	5,69
2010	57	* картофель тушеный с курой (* бройлеры цыплята потрош. 1 категории, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * соль йодированная, * лавровый лист, * масло сливочное)	170	10,45	12,65	18,04	228,14	9,28
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			550	17,41	18,71	48,89	438,20	14,97
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	21,17	84,62	0,00
Итого			150	0,00	0,00	21,17	84,62	0,00
Ужин								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа гречневая ядрица, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	130	5,01	4,46	16,60	127,15	0,54
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,08	0,00	8,39	33,86	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			310	7,34	5,33	40,41	239,61	0,56
Всего			36,31	39,86	176,01	1 215,38	20,76	

Ст.медсестра _____

Удрис В.В.



МЕНЮ

24 января 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								
2008	13	* МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ (* масло сливочное)						
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	200	6,48	6,94	23,10	181,75	0,83
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	180	4,05	3,49	15,41	110,26	0,75
Итого			40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
			430	13,63	19,89	59,17	471,81	1,58
II Завтрак								
2008	442	* СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок яблочный)						
Итого			150	0,75	0,15	14,93	64,82	3,02
			150	0,75	0,15	14,93	64,82	3,02
Обед								
2010	12	* СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * горошек зеленый консервы, * сметана 15% жирности, * бройлеры цыплята потрош. 1 категории)	200/20/10	5,44	6,78	8,06	119,73	6,28
2010	57	* картофель тушеный с курой (* бройлеры цыплята потрош. 1 категории, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * соль йодированная, * лавровый лист, * масло сливочное)	220	13,48	15,98	23,32	291,64	12,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			670	21,57	23,11	58,02	531,65	18,28
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	24,41	97,67	0,00
Итого			180	0,00	0,00	24,41	97,67	0,00
Ужин								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа гречневая ядрица, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	7,71	7,51	24,75	198,31	0,83
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (* крупа гречневая ядрица, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	6,10	5,10	27,48	179,90	0,00
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,10	0,00	8,91	36,03	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			410	10,06	8,38	49,08	312,94	0,85
Всего			46,01	51,53	205,61	1 478,89	23,73	

Ст. медсестра _____

Удрис В.В.