



МЕНЮ

28 ноября 2024 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	14	* СЫР ПОРЦИОННЫЙ (* сыр российский)	15	4,13	3,19	0,00	49,99	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	6,97	26,74	199,86	0,83
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,04	3,49	15,37	110,08	0,75
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			435	18,47	14,81	62,67	464,73	1,62
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, * свинина для детского питания)	200/20/10	5,60	12,99	7,03	172,28	5,48
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	18,22	37,68	382,32	1,46
2010	91	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (* виноград сушеный (изюм), * сахар песок, вода питьевая)	180	0,24	0,05	16,60	68,22	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			650	25,34	31,61	78,27	704,40	6,94
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	25,32	101,26	0,00
Итого			180	0,00	0,00	25,32	101,26	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	16,84	13,22	27,66	322,07	1,31
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			395	19,94	14,38	48,42	428,07	1,33
Всего			64,35	61,40	229,38	1 768,96	24,89	

Ст.медсестра

Удрис В.В.

МЕНЮ

28 ноября 2024 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								
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, * свинина для детского питания)	180/15/9	4,76	11,15	6,33	149,07	4,95
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	33,93	342,81	1,31
2010	91	* КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (* виноград сушеный (изюм), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,20	0,05	14,73	60,47	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	28	1,85	0,25	11,87	57,11	0,00
Итого			562	21,98	27,70	66,86	609,46	6,26
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 6,5% жирности, * сухари панировочные)	130/22	14,69	11,68	24,25	282,67	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	39,84	362,27	1,16
Всего				53,45	51,92	191,10	1 480,71	23,69

Ст. медсестра



Удрис В.В.