



МЕНЮ

24 мая 2024 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 | | | | | | | | |
| 2012 | 93 | СУП МОЛОЧНЫЙ (пшено, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 180 | 4,8 | 6,1 | 19 | 151 | 0,5 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.)) | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 180 | 2,1 | 1,7 | 10,3 | 65 | 0,4 |
| 2008 | 73 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55)) | 27 | 2 | 0,2 | 13,4 | 63 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое) | 6 | 0,1 | 5 | 0,1 | 45 | 0 |
| Итого | | | 433 | 14,1 | 17,6 | 43,1 | 387 | 0,9 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СОК (сок (3,0)) | 125 | 0,6 | 0,1 | 12,2 | 52 | 1 |
| Итого | | | 125 | 0,6 | 0,1 | 12,2 | 52 | 1 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 94 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, бройлеры цыпленка потрош. 1 категории, сметана 12% жирности, соль йодированная, лавровый лист) | 150/9 | 4,6 | 6,2 | 8,7 | 114 | 2,6 |
| 2012 | 310 | СУФЛЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная, бройлеры цыпленка потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый) | 60 | 10,9 | 11,4 | 1,8 | 153 | 0,8 |
| 2012 | 317 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая) | 110 | 3 | 3,6 | 19,1 | 121 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 150 | | | 6,1 | 24 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной (0,73)) | 36 | 2,4 | 0,3 | 15,5 | 74 | 0 |
| Итого | | | 515 | 20,9 | 21,5 | 51,2 | 486 | 3,4 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 180 | 5 | 4,4 | 8,3 | 94 | 0,9 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ (печенье) | 25 | 1,9 | 2,5 | 18,6 | 104 | 0 |
| Итого | | | 205 | 6,9 | 6,9 | 26,9 | 198 | 0,9 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, горошек зеленый консервированный (0,216)) | 30 | 0,6 | 1 | 2,4 | 21 | 1,5 |
| 2008 | 444 | ОЛАДЬИ СО СЛАДКИМ СОУСОМ (масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи (0,011), сахар песок, соль йодированная, кисель (концентрат) на плодовых экстр., повидло (0,65)) | 100/50 | 6,9 | 7,5 | 39,7 | 252 | 0,3 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый) | 180 | 0,1 | | 6,3 | 26 | 0 |
| 2008 | 73 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55)) | 27 | 2 | 0,2 | 13,4 | 63 | 0 |
| Итого | | | 387 | 9,6 | 8,7 | 61,8 | 362 | 1,8 |
| Всего | | | | 52,1 | 54,8 | 195,2 | 1485 | 8 |

Левина О. Н

МЕНЮ

24 мая 2024 г.
Сад 12 часов



| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 93 | СУП МОЛОЧНЫЙ (пшено, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 200 | 5,6 | 6,6 | 21,9 | 171 | 0,6 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.)) | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 200 | 2,4 | 1,9 | 11,8 | 75 | 0,4 |
| 2008 | 73 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55)) | 34 | 2,6 | 0,2 | 17 | 80 | 0 |
| 2008 | 13 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое) | 8 | 0,1 | 6,6 | 0,1 | 60 | 0 |
| Итого | | | 482 | 15,8 | 19,9 | 51,1 | 449 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СОК (сок (3,0)) | 135 | 0,7 | 0,1 | 13,6 | 58 | 2,7 |
| Итого | | | 135 | 0,7 | 0,1 | 13,6 | 58 | 2,7 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 94 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, бройлеры цыпленка потрош. 1 категории, сметана 12% жирности, соль йодированная, лавровый лист) | 200/10 | 5,4 | 7,7 | 10,7 | 139 | 2,9 |
| 2012 | 310 | СУФЛЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, соль йодированная, бройлеры цыпленка потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый) | 70 | 12,8 | 12,9 | 2,2 | 177 | 0,9 |
| 2012 | 317 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая) | 130 | 3,5 | 3,6 | 22,6 | 137 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | 200 | | | 7 | 28 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной (0,73)) | 41 | 2,7 | 0,4 | 17,5 | 84 | 0 |
| Итого | | | 651 | 24,4 | 24,6 | 60 | 565 | 3,8 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 231 | 6,5 | 5,6 | 10,8 | 121 | 1,2 |
| 2008 | 0006 | ПЕЧЕНЬЕ (печенье) | 25 | 1,9 | 2,4 | 18,3 | 102 | 0 |
| Итого | | | 256 | 8,4 | 8 | 29,1 | 223 | 1,2 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, горошек зеленый консервированный (0,216)) | 60 | 0,9 | 1,1 | 5 | 33 | 2,5 |
| 2008 | 444 | ОЛАДЬИ СО СЛАДКИМ СОУСОМ (масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи (0,011), сахар песок, соль йодированная, кисель (концентрат) на плодовых экстр., повидло (0,65)) | 120/50 | 7,6 | 9,7 | 46,8 | 304 | 0,3 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый) | 200 | 0,1 | | 7,3 | 29 | 0 |
| 2008 | 73 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55)) | 34 | 2,7 | 0,2 | 17,5 | 83 | 0 |
| Итого | | | 464 | 11,3 | 11 | 76,6 | 449 | 2,8 |
| Всего | | | | 60,6 | 63,6 | 230,4 | 1744 | 11,5 |

Левина О. Н