



МЕНЮ
26 марта 2024 г.

Ясли 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								
2012	93	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	130	4,3	2,6	19,1	118	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		6,5	0,1	59	0
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,7	2,1		26	0,1
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2	0,8	13,5	69	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	10,7	75	0,5
Итого			353	10,8	14,2	43,4	347	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,9	73	0
Итого			150	0,8	0,2	15,9	73	0
Обед								
2008	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ ГРЕНКАМИ	150	4,1	5,4	10,5	110	5,8
2012	321	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	8,1	1,6	19,1	124	0
2008	256	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,8	9,7	4,9	138	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,6	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,3	16,7	81	0
Итого			500	22,6	17	56,8	475	6,5
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	4,5	3	25,5	147	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,6	4	7,6	85	0,8
Итого			200	9,1	7	33,1	232	0,9
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,1	24	0
2008	224	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	140	12,9	9,6	11	176	0,2
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,9	0,2	12,8	60	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,8	24	0
Итого			400	14,9	9,8	35,7	284	0,2
Всего				58,2	48,2	184,9	1411	8,7



МЕНЮ
26 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	93	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,3	3,1	23,8	146	0,6
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5		6	0,1	54	0
2012		СЫР РОССИЙСКИЙ	8	1,9	2,4		29	0,1
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	2,9	1,1	20	102	0
	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,9	2,3	12,3	82	0,5
Итого			403	13	14,9	56,2	413	1,2
II Завтрак								
2008	442	ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ НАПИТОК	180					0
Итого			180					0
Обед								
2012	56	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ ГРЕНКАМИ	180	4,6	7,4	9,7	127	5,2
2012	321	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	9,9	1,5	22,7	144	0
2008	256	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРИЦЫ	70	9,1	10,4	6,4	154	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			610	26,9	19,7	66,8	554	5,8
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	70	5,4	3,1	34	185	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
Итого			250	10,4	7,5	42,3	279	1
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6	24	0
2008	224	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	160	18,4	12,7	12,4	233	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,8	93	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0
Итого			450	21,5	12,9	45,2	379	0,4
Всего				71,8	55	210,5	1625	8,4