

МЕНЮ

17 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008		КАША НЕЖНОСТЬ (овсяные хлопья "геркулес", крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	4,1	5,8	17,2	138	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30/6	2,2	5,1	14,6	113	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ. (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	170	2,6	2,3	9,8	71	0,4
Итого			356	8,9	13,2	41,6	322	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ (сок яблочный)	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙНА К/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, кури потрош. 1 категории, вода питьевая, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	4,4	6,6	13,9	136	2,5
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная)	110	2,3	3,1	11,9	85	15
2008	279	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (ПАРОВЫЕ) (кури потрош. 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, соль йодированная)	60	8,4	8,8	3,2	125	0,5
		КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150			14,6	58	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			490	16,4	18,7	52,1	445	18
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			175	6,2	6,2	25,6	183	0,8
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,6	2,3	3,2	37	1,5
2008	247	РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ (рыба минтай неразделанный, крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	150	15,5	11,3	4,9	182	0,2
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ. (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		6	25	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			400	18,5	13,8	29,2	315	1,7
Всего				50,5	52	158,6	1308	23,3

Бухгалтер Мисюра Ларина Е.Ю.

Повар Мисюра Мисюра А.К.