

МЕНЮ

22 мая 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								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	5,9	6,6	25,8	185	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,5	2,1	10,8	73	0,4
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	34	2,7	0,2	17,5	83	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
Итого			442	11,2	15,5	54,2	401	1
II Завтрак								
		СОК (сок (3,0))	135	0,7	0,1	13,2	56	1,1
Итого			135	0,7	0,1	13,2	56	1,1
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые (1,5), вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, сметана 12% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, крупа перловая)	200/10	4,7	6,5	6	106	3
2012	286	БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (САД) (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, хлеб пшеничный (0,55), молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))	60	8,3	8,7	3,6	126	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	5,5	4,9	24,9	165	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			8,1	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной (0,73))	41	2,6	0,4	17	82	0
Итого			641	21,1	20,5	59,6	511	3,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	231	6,5	5,6	10,8	121	1,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			256	8,4	8,1	29,4	225	1,2
Ужин								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия 1 сорт вермишель, вода питьевая, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	150	18,8	14,3	21,2	291	0,2
2012	351	СОУС СЛАДКИЙ (кисель (концентрат) на фруктовых экстр., вода питьевая)	50			1,6	6	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200	0,1		7,3	30	0
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	29	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			429	21,1	14,5	44,7	396	0,2
Всего			62,5	58,7	201,1	1589	7,1	

Левина О. Н.

МЕНЮ

22 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								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	5,1	6,3	20,7	160	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,1	1,9	9,2	63	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			393	9,3	13,4	43,4	331	1
II Завтрак								
		СОК (сок (3,0))	125	0,6	0,1	12,6	54	2,5
Итого			125	0,6	0,1	12,6	54	2,5
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые (1,5), вода питьевая, бройлеры цыпята потрош. 1 категории, сметана 12% жирности, масло подсолнечное рафинированное, крупа перловая)	150/9	4,6	5,3	9,1	106	2,9
2012	286	БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (ЯСЛИ) (бройлеры цыпята потрош. 1 категории, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, хлеб пшеничный (0,55), яйца куриные (шт.))	50	7,9	8,3	3,1	119	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	4,3	4,6	19,4	135	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной (0,73))	36	2,4	0,3	15,5	74	0
Итого			505	19,2	18,5	52,9	457	3,5
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	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия 1 сорт вермишель, вода питьевая, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	135	15,7	11,8	17,4	242	0,2
2012	351	СОУС СЛАДКИЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая)	50			1,6	6	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		6	24	0
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный (0,55))	22	1,6	0,1	11	52	0
Итого			387	17,4	11,9	36	324	0,2
Всего				53,4	50,8	171,8	1364	8,1

Левина О. Н