



МЕНЮ

17 декабря 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 | | | | | | | | |
| 2014 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1,89 | 5,22 | 12,81 | 105,89 | 0,00 |
| 2012 | 10 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО | 40 | 1,20 | 2,14 | 2,42 | 32,48 | 1,88 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 110 | 8,72 | 14,48 | 0,51 | 167,13 | 0,00 |
| 2014 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 0,36 | 0,22 | 5,43 | 25,36 | 0,00 |
| Итого | | | 330 | 12,17 | 22,06 | 21,17 | 330,86 | 1,88 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| к/к | к/к | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА) | 150 | 4,36 | 3,76 | 6,01 | 79,61 | 1,05 |
| Итого | | | 150 | 4,36 | 3,76 | 6,01 | 79,61 | 1,05 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 43 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 40 | 0,65 | 6,49 | 4,88 | 80,58 | 4,20 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150 | 4,24 | 4,63 | 10,07 | 101,55 | 4,03 |
| 2012 | 308 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ | 50 | 7,20 | 5,48 | 4,53 | 97,17 | 0,00 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 100 | 3,54 | 3,09 | 22,62 | 132,45 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 152 | 0,76 | 0,00 | 11,06 | 46,97 | 260,61 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 22 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 40,80 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 20 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 534 | 19,19 | 20,49 | 71,96 | 551,92 | 268,84 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 129 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 120 | 1,98 | 1,94 | 8,59 | 66,23 | 5,33 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА *** | 150 | 0,31 | 0,07 | 16,81 | 69,66 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 22 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 40,80 | 0,00 |
| 2008 | 249 | ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ | 50 | 3,02 | 3,24 | 28,51 | 153,55 | 2,33 |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 96 | 0,39 | 0,39 | 9,46 | 45,35 | 9,65 |
| Итого | | | 438 | 7,00 | 5,84 | 71,87 | 375,59 | 17,31 |
| Всего | | | | 42,72 | 52,15 | 171,01 | 1 337,98 | 289,08 |

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.



МЕНЮ

17 декабря 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 | | | | | | | | |
| 2014 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1,87 | 5,01 | 12,67 | 103,37 | 0,00 |
| 2012 | 10 | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО | 40 | 1,16 | 2,13 | 2,46 | 33,53 | 1,91 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 140 | 9,59 | 16,74 | 0,56 | 191,25 | 0,00 |
| 2014 | 272 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 0,42 | 0,25 | 8,62 | 38,73 | 0,00 |
| Итого | | | 390 | 13,04 | 24,13 | 24,31 | 366,88 | 1,91 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| к/к | к/к | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА) | 180 | 5,23 | 4,51 | 7,21 | 95,54 | 1,26 |
| Итого | | | 180 | 5,23 | 4,51 | 7,21 | 95,54 | 1,26 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 43 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 50 | 0,82 | 7,94 | 6,09 | 99,14 | 3,86 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 180 | 3,87 | 4,07 | 11,93 | 102,29 | 4,81 |
| 2012 | 308 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ | 70 | 10,01 | 7,64 | 6,22 | 134,95 | 0,00 |
| 2008 | 209 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 145 | 5,29 | 3,05 | 33,78 | 183,82 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 183 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 27 | 1,77 | 0,23 | 11,31 | 54,44 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 29 | 2,20 | 0,85 | 15,09 | 76,94 | 0,00 |
| Итого | | | 684 | 23,96 | 23,78 | 84,42 | 651,58 | 8,67 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 129 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 160 | 2,66 | 2,47 | 11,63 | 87,33 | 7,08 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА*** | 180 | 0,30 | 0,07 | 19,77 | 81,39 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 22 | 1,42 | 0,19 | 9,12 | 43,88 | 0,00 |
| 2008 | 249 | ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ | 70 | 3,46 | 4,03 | 42,20 | 215,81 | 4,58 |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 102 | 0,41 | 0,41 | 9,95 | 47,72 | 10,15 |
| Итого | | | 534 | 8,25 | 7,17 | 92,67 | 476,13 | 21,81 |
| Всего | | | | 50,48 | 59,59 | 208,61 | 1 590,13 | 33,65 |

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.