



МЕНЮ
25 ноября 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,91	4,86	12,89	102,90	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,17	3,30	21,52	128,32	0,00
2014	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	0,39	0,24	5,32	25,32	0,00
Итого			340	5,47	8,40	39,73	256,54	0,00
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	97	0,39	0,39	9,46	45,38	9,66
Итого			97	0,39	0,39	9,46	45,38	9,66
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	35	0,28	0,04	0,60	4,61	1,77
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150	3,62	4,87	7,74	93,99	5,34
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	11,62	11,53	1,91	157,69	0,19
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	110	1,77	1,92	13,72	79,70	6,64
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ***	150	0,30	0,07	16,79	69,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			546	20,39	19,23	59,56	498,69	13,94
Уплотненный полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,92	1,12	8,84	57,04	5,63
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	186	5,39	4,64	7,43	98,42	1,30
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008	249	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	50	3,23	3,08	28,56	153,34	2,33
Итого			377	11,84	9,04	53,33	349,60	9,26
Всего				38,09	37,06	162,08	1 150,21	32,86

Медицинская сестра _____

Базанова Л.Я.



МЕНЮ

25 ноября 2024 г.

Сад 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,91	4,94	12,91	103,72	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	3,94	3,49	26,70	153,73	0,00
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	0,41	0,25	8,65	38,70	0,00
Итого			400	6,26	8,68	48,26	296,15	0,00
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	101	0,41	0,41	9,94	47,68	10,14
Итого			101	0,41	0,41	9,94	47,68	10,14
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	53	0,43	0,05	0,91	6,93	2,67
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180	3,33	4,25	8,55	89,89	5,76
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,45	5,18	18,72	131,89	9,05
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	15,40	15,28	2,48	208,62	0,25
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА*	180	0,31	0,07	19,91	81,95	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,76	0,23	11,28	54,29	0,00
2008		БАТОН	30	2,26	0,87	15,46	78,78	0,00
Итого			700	25,94	25,93	77,31	652,35	17,73
Уплотненный полдник								
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКА ИЗ ПТИЦЫ	40	5,78	4,39	3,65	78,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,41	1,96	10,73	76,98	6,71
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	186	5,23	4,50	7,21	95,47	0,52
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,76	0,23	11,28	54,29	0,00
2008	249	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	65	3,78	3,84	42,49	216,60	4,61
Итого			468	18,96	14,92	75,36	521,34	11,84
Всего				51,57	49,94	210,87	1 517,52	39,71

Медицинская сестра _____

Базанова Л.Я.