

МЕНЮ
6 декабря 2024 г.
Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность , ккал | Вита-м ин С, мг |
|---------------------|---------------------|--|------------|-------------------|--------------|------------------|--------------------------------------|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-во ды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2014 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое) | 30 | 1,88 | 3,83 | 12,78 | 93,17 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 150 | 3,74 | 4,96 | 22,40 | 149,81 | 0,41 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок) | 150 | 1,34 | 0,19 | 18,99 | 83,05 | 0,00 |
| 2014 | 272 | КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок) | 170 | 2,95 | 2,41 | 11,03 | 78,59 | 0,44 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (сахар песок, чай черный байховый) | 170 | 0,10 | 0,00 | 9,88 | 39,90 | 0,02 |
| Итого | | | 350 | 8,57 | 11,20 | 46,21 | 321,57 | 0,85 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР (кефир 2,5 % жирности) | 150 | 4,50 | 0,15 | 6,00 | 46,50 | 1,50 |
| 2008 | | БАНАН (аллергики) (банан) | 70 | 1,06 | 0,35 | 14,78 | 67,58 | 7,04 |
| Итого | | | 150 | 4,50 | 0,15 | 6,00 | 46,50 | 1,50 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная) | 30 | 0,42 | 2,18 | 2,43 | 30,94 | 1,14 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, бройлеры цыпята потрош. 1 категории, сметана 15% жирности) | 150/10/10 | 3,61 | 5,00 | 10,17 | 105,43 | 4,11 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики) (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, вода питьевая, соль йодированная) | 150/10/10 | 1,57 | 0,25 | 11,43 | 54,76 | 4,17 |
| 2012 | 291 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина б/к лопатка, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные, соль йодированная) | 130 | 10,99 | 11,94 | 21,31 | 236,62 | 10,09 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 20 | 1,34 | 0,20 | 8,49 | 40,90 | 0,00 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый) | 150 | 0,14 | 0,00 | 8,35 | 33,98 | 0,03 |
| Итого | | | 500 | 16,50 | 19,32 | 50,75 | 447,87 | 15,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые) | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,15 | 7,26 | 7,56 |
| 2012 | 208 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная) | 110 | 5,75 | 7,67 | 21,49 | 178,07 | 0,09 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) (говядина б/к лопатка, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, соль йодированная) | 115 | 12,04 | 14,17 | 11,00 | 219,92 | 6,00 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, клюква) | 150 | 0,10 | 0,04 | 7,73 | 33,55 | 1,24 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 15 | 0,98 | 0,15 | 6,38 | 30,60 | 0,00 |
| 2014 | 249 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи хлебопекарные сушеные, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированое) | 50 | 6,49 | 4,39 | 21,51 | 151,70 | 0,03 |
| | | МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин) | 95 | 0,76 | 0,19 | 7,13 | 36,10 | 14,44 |
| Итого | | | 450 | 14,41 | 12,50 | 65,39 | 437,28 | 23,36 |
| Всего | | | | 43,98 | 43,17 | 168,35 | 1 253,22 | 41,08 |

МЕНЮ

6 декабря 2024 г.
Сад 12 часов

| Сбор-ник реце-п тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-ти ческая цен-ность , ккал | Вита-м ин С, мг |
|---------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|-----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-во ды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2014 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое) | 35 | 2,27 | 5,14 | 15,41 | 117,21 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 180 | 4,51 | 6,18 | 26,93 | 181,96 | 0,50 |
| 2014 | 272 | КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок) | 180 | 3,16 | 2,57 | 12,63 | 87,35 | 0,47 |
| Итого | | | 395 | 9,94 | 13,89 | 54,97 | 386,52 | 0,97 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР (кефир 2,5 % жирности) | 180 | 5,40 | 0,18 | 7,20 | 55,80 | 1,80 |
| Итого | | | 180 | 5,40 | 0,18 | 7,20 | 55,80 | 1,80 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная) | 60 | 0,83 | 4,02 | 4,87 | 58,84 | 2,28 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, лавровый лист) | 200/10/10 | 3,96 | 4,99 | 13,52 | 119,81 | 5,45 |
| 2012 | 291 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина б/к лопатка, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, соль йодированная) | 150 | 12,27 | 13,18 | 24,55 | 266,07 | 11,64 |
| | ТК№02 2 | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напиток витаминизированный (концентрат), вода питьевая) | 180 | 5,54 | 2,03 | 21,00 | 88,26 | 3,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 36 | 2,69 | 1,04 | 18,46 | 94,10 | 0,00 |
| Итого | | | 676 | 27,28 | 25,52 | 95,12 | 688,27 | 22,37 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые) | 50 | 0,55 | 0,10 | 1,91 | 12,06 | 12,56 |
| 2012 | 208 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная) | 150 | 7,42 | 9,11 | 29,03 | 228,04 | 0,13 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, клюква) | 180 | 0,12 | 0,05 | 5,80 | 26,40 | 1,50 |
| 2014 | 249 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи хлебопекарные сушеные, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированное) | 70 | 8,69 | 6,20 | 30,30 | 212,34 | 0,04 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 15 | 1,00 | 0,13 | 6,39 | 30,74 | 0,00 |
| | | МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин) | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,02 | 38,02 |
| Итого | | | 565 | 18,58 | 15,79 | 80,93 | 547,60 | 52,25 |
| Всего | | | | 61,20 | 55,38 | 238,22 | 1 678,19 | 77,39 |