

МЕНЮ

29 ноября 2024 г.

Ясли 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 35 | 1,49 | 3,45 | 19,19 | 112,47 | 2,18 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная) | 150 | 4,36 | 5,15 | 16,73 | 131,51 | 0,59 |
| 2014 | 267 | ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности) | 170 | 2,45 | 1,99 | 11,15 | 72,74 | 0,45 |
| Итого | | | 355 | 8,30 | 10,59 | 47,07 | 316,72 | 3,22 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЙОГУРТ (йогурт 2,5% жирности) | 125 | 3,51 | 3,14 | 5,66 | 70,89 | 0,88 |
| Итого | | | 125 | 3,51 | 3,14 | 5,66 | 70,89 | 0,88 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная) | 40 | 0,55 | 2,68 | 3,23 | 39,18 | 1,51 |
| 2012 | 76 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к лопатка, сметана 15% жирности) | 150/10/5 | 4,37 | 5,00 | 9,88 | 104,65 | 4,05 |
| 2012 | 308 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная) | 60 | 10,93 | 9,02 | 6,07 | 149,39 | 0,50 |
| 2008 | 129 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь, репа, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, сахар песок, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная) | 120 | 1,77 | 1,97 | 7,59 | 61,64 | 4,69 |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок р/в персиковый) | 150 | 0,00 | 0,00 | 16,50 | 64,50 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 25 | 1,91 | 0,74 | 13,08 | 66,69 | 0,00 |
| Итого | | | 580 | 20,85 | 19,59 | 64,83 | 526,84 | 10,75 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые) | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,74 | 4,16 | 2,97 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к лопатка, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная) | 110 | 11,80 | 11,88 | 10,20 | 195,05 | 5,31 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (клюква, вода питьевая, сахар песок) | 150 | 0,10 | 0,04 | 6,90 | 30,19 | 1,23 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт) | 25 | 1,91 | 2,49 | 18,94 | 106,15 | 0,00 |
| 2008 | | ГРУША (груша) | 70 | 0,26 | 0,18 | 7,22 | 33,09 | 3,52 |
| Итого | | | 405 | 15,63 | 14,80 | 52,48 | 409,43 | 13,03 |
| Всего | | | | 48,29 | 48,12 | 170,04 | 1 323,88 | 27,88 |

МЕНЮ

29 ноября 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 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое высш.сорт обог. микронутриентами батон нарезной пшеница) | 40 | 1,84 | 3,05 | 22,61 | 123,78 | 2,41 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая пшено вода питьевая молоко пастер 2,5% жирности масло сладко-сливочное несоленое сахар песок соль йодированная) | 180 | 5,44 | 7,93 | 24,08 | 190,29 | 0,70 |
| 2014 | 267 | ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый вода питьевая сахар песок молоко пастер 2,5% жирности) | 200 | 3,08 | 2,47 | 11,71 | 82,15 | 0,57 |
| Итого | | | 420 | 10,36 | 13,45 | 58,40 | 396,22 | 3,68 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЙОГУРТ (йогурт 2,5% жирности) | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,68 | 0,88 |
| Итого | | | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,68 | 0,88 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное соль йодированная) | 60 | 0,83 | 4,03 | 4,87 | 58,97 | 2,28 |
| 2008 | 91 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая морковь, лук репчатый огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое вода питьевая соль йодированная говядина б/к лопатка, сметана 15% жирности) | 200/10/10 | 3,90 | 4,20 | 13,40 | 110,60 | 5,50 |
| 2012 | 308 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (бройлера цыпленок потрош 1 категории батон нарезной пшеница высш.сорт обог. микронутриентами молоко пастер 2,5% жирности соль йодированная) | 70 | 12,78 | 10,57 | 7,13 | 175,00 | 0,58 |
| 2008 | 129 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь, репа горошек зеленый консервы капуста белокочанная, сахар песок мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая сметана 15% жирности соль йодированная) | 150 | 2,19 | 1,93 | 9,66 | 71,16 | 5,92 |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок персиковый) | 180 | 0,54 | 0,00 | 29,70 | 122,40 | 10,80 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН (батон нарезной пшеница высш.сорт обог. микронутриентами) | 35 | 2,63 | 1,02 | 18,03 | 91,91 | 0,00 |
| Итого | | | 745 | 24,86 | 22,01 | 95,51 | 691,23 | 25,08 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые) | 50 | 0,40 | 0,05 | 1,25 | 7,00 | 5,00 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к лопатка, картофель, лук репчатый масло подсолнечное рафинированное томатная паста, соль йодированная) | 140 | 14,96 | 14,61 | 12,92 | 242,97 | 6,71 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (клюква, вода питьевая сахар песок) | 180 | 0,13 | 0,05 | 5,82 | 26,47 | 1,50 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,63 | 51,15 | 0,00 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт) | 40 | 3,00 | 3,92 | 29,76 | 166,80 | 0,00 |
| 2008 | | ГРУША (груша) | 75 | 0,30 | 0,22 | 7,72 | 35,23 | 3,75 |
| Итого | | | 510 | 20,45 | 19,07 | 68,10 | 529,62 | 16,96 |
| Всего | | | | 59,17 | 57,66 | 227,65 | 1 687,75 | 46,60 |