



МЕНЮ
1 ноября 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ (творог 5.0% жирности, сметана 10% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, мука пшеница, масло сливочное, 2.5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль (аппроксимативная))	120	10,31	13,50	19,13	283,73	0,29
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (сметана пастер. 2.5% жирности, масло сливочное спредовое нежирное, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сахар песок, соль (аппроксимативная))	50	0,95	2,44	6,56	52,18	0,13
	ТК №043	КАКАО С МОЛОКОМ (какао порошок, сахар песок, желтый пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	200	4,08	3,37	14,67	106,60	0,64
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное спредовое нежирное, батон хлебный пшеничного высшего сорта (объем микроингредиентов))	30	1,91	4,86	12,89	102,90	0,00
Итого			400	26,25	24,17	53,26	545,41	1,06
II Завтрак								
2008	423	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоко)	100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Итого			100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (помидоры спелые, огурцы спелые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень), соль (аппроксимативная))	50	0,51	2,60	1,81	33,27	9,83
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПой И ГОВЯДИНОЙ (картофель, крупа перловка, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, специи (аппроксимативная), соль (аппроксимативная))	180	5,50	5,17	14,28	125,71	4,75
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высшего сорта, вода питьевая, масло сливочное спредовое нежирное, соль (аппроксимативная))	130	4,22	3,04	26,96	152,23	0,00
2012	254	ЗАПЕКАНКА ИЗ РЫБЫ (рыбный пастер. 7.0% жирности, масло сливочное спредовое нежирное, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль (аппроксимативная), рыба морской морозильная, яйца куриные (шт.))	70	13,68	9,02	5,82	159,66	0,30
2012	376	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (яблоки спелые (шт.), сахар песок, вода питьевая)	180	0,34	0,08	19,25	79,59	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (смет. разрыхлительный (объем микроингредиентов))	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			635	25,95	20,11	78,72	601,46	14,88
Уплотненный полдник								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы спелые, масло подсолнечное рафинированное, соль (аппроксимативная))	60	0,46	2,58	1,44	30,70	5,75
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (сметана 10% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль (аппроксимативная), картофель, морковь, лук репчатый, петрушка (зелень), капуста белокочанная, масло сливочное спредовое нежирное)	130	2,45	4,78	13,06	111,72	20,92
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.))	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	435	МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (КЕФИР) (кефир 2.5 % жирности)	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ПЕЧЕНЬЕ) (печенье, сахарная пудра высшего сорта)	35	2,63	3,43	26,04	145,95	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовый высшего сорта)	55	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (смет. разрыхлительный (объем микроингредиентов))	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			525	21,56	20,33	86,24	625,92	27,93
Всего				74,15	68,90	227,72	1818,38	47,87



МЕНЮ 1 ноября 2024 г. Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ (сырок 9,0% жирности, творог 13% жирности, яйца варенные (яг.), сахар песок, мука пшеница, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль, ванилин)	115	16,90	12,21	18,07	257,58	0,26
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СПАДИИ) (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сырное, сахар, мука пшеница высшего сорта, яйца пастеризованные, сахар песок, соль, ванилин)	30	0,60	1,59	4,16	33,28	0,06
		КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца пастеризованные)	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-сырное, масло сливочное, батон нарезанный, яйца высокого сорта, сахар, ванилин)	25	1,53	4,71	10,32	89,80	0,00
Итого			350	22,83	21,71	48,15	487,66	0,94
II Завтрак								
2008	423	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоко)	100	0,39	0,39	9,52	45,64	4,00
Итого			100	0,39	0,39	9,52	45,64	4,00
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (огурцы свежие, помидоры свежие, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень), соль, ванилин)	40	0,42	2,06	1,45	26,56	7,94
2008	96	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ И ПОВАДИНОЙ (картофель, мука пшеница, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца пастеризованные, говядина 1 категории, соль, ванилин)	150	4,44	4,19	11,90	103,24	3,97
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высшего сорта, яйца пастеризованные, масло сливочное, подсолнечное рафинированное, соль, ванилин)	110	2,65	2,31	16,95	99,29	0,00
2012	254	ЗАПЕКАНКА ИЗ РЫБЫ (рыба, мука пшеница, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца пастеризованные, соль, ванилин)	50	9,80	5,46	3,00	100,48	0,19
2012	376	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (ягоды, сахар (песок), вода пастеризованная)	150	0,29	0,07	16,03	66,39	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный выс. макс.пастеризованный)	20	1,33	0,15	8,53	41,33	0,00
Итого			520	18,93	14,25	57,86	437,29	12,10
Уплотненный полдник								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы свежие, масло подсолнечное рафинированное, соль, ванилин)	40	0,30	1,79	0,95	21,04	3,79
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (овощи 13% жирности, мука пшеница высшего сорта, яйца пастеризованные, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, соль, ванилин)	120	2,27	4,27	12,01	101,63	19,27
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (яг.))	40	5,10	4,60	0,30	83,00	0,00
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (КЕФИР) (кефир 2,5 % жирности)	160	4,64	4,00	6,40	84,80	1,12
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ПЕЧЕНЬЕ) (печенье сахарное мука высшего сорта)	25	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (батон нарезанный мука высшего сорта)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной пшеничный выс. макс.пастеризованный)	20	1,36	0,16	8,48	40,80	0,00
Итого			445	18,55	16,43	67,30	520,32	24,18
Всего				60,70	54,78	182,83	1 490,91	41,22