



МЕНЮ 6 декабря 2024 г. Ясли 12 часов

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа кукурузная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	4,25	6,83	15,86	142,74	0,69
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	1,52	1,10	10,12	56,64	0,24
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (хлеб российский, батон нарезной пшени муки высш сорт обог. микроэлементами)	30	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
Итого			360	9,16	14,83	35,98	268,38	0,93
II Завтрак								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (икра, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, морковь)	30	0,57	1,39	3,22	27,87	1,65
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, хлеб пшеничн. формовой муки высш сорт, говядина 1 категории, соль йодированная)	150/10	7,12	4,87	16,27	137,53	2,79
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ (капуста белокочанная, говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, томатная паста)	120	12,00	11,18	12,03	200,25	15,57
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (яблоки), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,80	31,18	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			480	21,01	17,62	47,80	437,62	20,01
Уплотненный полдник								
2012	330	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С МЯСОМ (картофель, морковь, капуста белокочанная, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, говядина 1 категории)	150	7,32	6,01	20,28	165,76	19,20
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (КЕФИР) (кефир 2,5 % жирности)	150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
2008		кондитерское изделие в ассортименте (ПРЯНИК) (пряники заварные)	25	1,48	1,18	18,75	91,50	0,00
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (МАНДАРИН) (мандарин)	95	0,76	0,19	7,12	36,09	36,09
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой муки высш сорт)	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			480	18,19	11,55	80,10	505,53	56,34
Всего				48,86	44,10	173,98	1 254,53	79,28



МЕНЮ
6 декабря 2024 г.
Сад 12 часов

Сад 12 ч. 05. 00

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ска- я цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, крупа кукурузная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	5,77	9,26	21,41	193,23	0,94
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,08	2,43	14,79	93,95	0,52
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшеница высшего сорта, масло сливочное)	35	4,20	3,68	12,85	101,86	0,07
Итого			435	13,05	15,37	49,05	389,04	1,53
II Завтрак								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (говядина, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, морковь)	50	0,92	2,50	4,82	45,82	2,72
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ (картофель, лук репчатый, лук порей, морковь, масло сливочно-сливочное несоленое, вода питьевая, хлеб пшеничный формовый высшего сорта, соль йодированная, говядина 1 категории)	180/10	8,47	5,96	18,36	181,15	3,31
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ (капуста белокочанная, говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (с/п), сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, томатная паста)	160	14,20	14,23	14,22	245,67	17,23
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (курага, изюм, яблоки, сахар песок, вода питьевая)	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			625	25,25	22,91	57,68	542,33	23,26
Уплотненный полдник								
2012	330	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С МЯСОМ (картофель, морковь, капуста белокочанная, горошек зеленый консервный, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная, говядина 1 категории)	180	8,66	7,98	24,01	203,48	17,41
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (КЕФИР) (кефир 2,5% жирности)	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
2008		кондитерское изделие в ассортименте (ПРЯНИК) (пшеница пшеничная)	35	2,07	1,65	26,25	128,10	0,00
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (МАНДАРИН) (мандаarin)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовый высшего сорта)	55	4,07	0,33	26,77	126,34	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			575	22,48	14,88	102,33	642,31	56,67
Всего				61,28	53,26	219,16	1 616,68	83,46