

МЕНЮ

11 февраля 2025 г.
Сад 12 часов

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (сметана 15% жирности, соль йодированная, творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	110	17,69	13,77	19,64	278,14	0,24
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ(СЛАДКИЙ) (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, сахар песок)	50	0,71	4,64	3,61	67,09	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,08	2,43	14,78	93,89	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,32	4,34	15,09	108,64	0,00
Итого			395	23,80	25,18	53,12	547,76	0,78
II Завтрак								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ(СНЕЖОК) (сметана 2,5% жирности)	100	2,90	2,50	4,20	54,00	0,30
Итого			100	2,90	2,50	4,20	54,00	0,30
Обед								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ КОНСЕРВИРОВАННЫМИ (свекла, огурцы соленные, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,87	2,56	3,85	42,12	2,25
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия высш.сорт, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	180	4,73	4,39	13,62	113,10	3,71
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,79	3,57	18,96	119,29	9,21
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (говядина, печень, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое)	65	8,47	3,22	7,82	103,69	6,51
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ (ягода, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)	180	0,08	0,03	16,35	67,34	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			630	18,64	13,97	71,20	496,54	22,58
Уплотненный полдник								
2012	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ (говядина 1 категории, морковь, картофель, горошек зеленый консервы, мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	130	11,52	10,75	15,24	203,76	6,82
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
2012	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ" (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, дрожжи, соль йодированная, вода питьевая)	55	4,55	2,41	30,27	160,83	0,12
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ(АПЕЛЬСИН) (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,01
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	55	4,20	0,34	27,61	130,31	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,66	0,22	10,61	51,04	0,00
Итого			545	28,32	18,69	100,92	690,64	69,65
Всего				73,66	60,34	229,44	1 788,94	93,31



МЕНЮ **11 февраля 2025 г.** **Если 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	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, крупяная мука, сахар песок, масло сливочное несоленое, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер, 2,5% жирности, соль йодированная)	105	15,65	12,28	17,70	247,95	0,20
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ) (масло сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, сахар песок, соль йодированная)	30	0,50	3,79	2,18	51,59	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер, 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,73	2,18	12,97	83,07	0,47
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой муки высш. сорт)	30	1,94	4,29	12,59	96,61	0,00
Итого			345	20,82	22,54	45,44	479,22	0,69
II Завтрак								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ(СНЕЖОК) (сметана 2,5% жирности)	100	2,90	2,50	4,20	54,00	0,30
Итого			100	2,90	2,50	4,20	54,00	0,30
Обед								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ КОНСЕРВИРОВАННЫМИ (свекла, огурцы соленные, лук репчатый, горошек зеленый консервн., масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	40	0,62	2,05	2,69	31,98	1,61
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия высш.сорт, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	150	3,86	3,70	11,45	94,79	3,10
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер, 2,5% жирности, масло сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,37	3,20	16,04	102,67	7,79
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (говядина печени, крупя рисовая, лук репчатый, масло сливочное несоленое, соль йодированная)	45	6,07	2,03	5,32	70,57	4,67
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ (брусника, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)	150	0,06	0,02	15,34	62,61	0,59
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржанко-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,30	0,16	8,50	41,30	0,00
Итого			515	14,28	11,16	59,34	403,92	17,76
Уплотненный полдник								
2012	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ (говядина 1 категории, морковь, картофель, горошек зеленый консервн., мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, масло сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	110	9,34	7,65	12,86	157,29	5,74
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер, 2,5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2012	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ" (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сливочное несоленое, молоко пастер, 2,5% жирности, дрожжи, соль йодированная)	45	4,23	1,73	27,84	143,59	0,10
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ(МАНДАРИН) (мандарин)	95	0,76	0,19	7,10	35,99	35,99
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой муки высш.сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржанко-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			460	22,92	13,64	83,33	550,96	42,61
Всего				60,92	49,84	192,31	1 488,10	61,36