

МЕНЮ

20 ноября 2024 г.
Сад 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высшего сорта, масло сливочно-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	180	4,07	3,48	15,40	109,80	0,47
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	180	3,16	2,62	13,95	92,78	0,58
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезаный порезом мука высшего сорта обогащенный микроэлементами)	40	1,97	0,75	23,79	108,10	6,00
Итого			400	9,20	6,85	53,14	310,68	7,05
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок, вода питьевая)	100	0,16	0,07	7,01	29,92	26,00
Итого			100	0,16	0,07	7,01	29,92	26,00
Обед								
2012		САЛАТ ЛЕТНИЙ (картофель, томаты (рыночные), лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	0,99	2,19	6,96	52,02	8,03
2012	57	БОРЩ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	4,83	6,67	7,42	111,52	4,95
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	150	9,86	9,98	16,35	194,79	8,44
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)	180	0,18	0,17	20,19	84,26	1,84
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			595	17,56	19,21	61,52	493,59	23,26
Уплотненный полдник								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ (крупа рисовая, вода питьевая, творог 5,0% жирности, яйца куриные (ц/т), сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, соль йодированная)	115	19,14	15,95	18,88	300,67	0,20
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ) (мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности, сахар песок, соль йодированная)	50	0,75	1,94	6,55	52,51	0,02
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (ц/т), дрожжи, соль йодированная)	60	5,44	5,54	39,96	231,42	0,13
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (МАНДАРИН) (мандарины)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный-бородинский мука высшего сорта)	55	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			585	37,52	28,94	120,18	905,55	41,05
Всего				64,44	55,07	241,85	1 739,74	97,36



МЕНЮ 20 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высшего сорта, масло сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3,40	2,89	12,83	91,38	0,39
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,0% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	150	2,63	2,18	11,31	76,00	0,49
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной пшеница высшего сорта обога. микроэлементами)	35	1,95	0,74	20,21	94,27	4,00
Итого			335	7,98	5,81	44,35	261,65	4,88
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок, вода питьевая)	100	0,16	0,07	7,15	30,46	26,00
Итого			100	0,16	0,07	7,15	30,46	26,00
Обед								
2012		САЛАТ ЛЕТНИЙ (картофель, томаты грунтовые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	30	0,48	1,53	3,35	29,27	3,93
2012	57	БОРЩ (говядина, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	4,21	6,39	7,89	108,69	5,32
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная)	120	7,85	7,75	14,23	158,27	7,35
2012	372	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, крахмал картофельный)	150	0,17	0,16	18,68	77,75	1,60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обога. микроэлементами)	20	1,36	0,16	8,56	41,36	0,00
Итого			470	14,07	15,99	52,71	415,34	18,20
Уплотненный полдник								
2012	189	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ (крупа рисовая, вода питьевая, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сливочное несоленое, сметана 15% жирности, соль йодированная)	110	17,07	13,77	16,90	264,21	0,18
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ) (мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, сахар песок)	50	0,75	1,96	5,65	49,16	0,02
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная)	50	5,04	4,72	37,26	211,42	0,11
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (МАНДАРИН) (мандарин)	95	0,76	0,19	7,12	36,07	36,07
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обога. микроэлементами)	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			515	32,22	24,69	102,51	775,49	37,16
Всего				54,43	46,56	206,72	1 482,94	86,24