

МЕНЮ

21 октября 2024 г.
Сад 12 часов

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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "Геркулес", вода питьевая, масло сливочное 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочное сливочное)	180	5,79	6,64	23,71	178,38	0,48
2012	306	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (кофейный напиток, молоко сгущенное с сахаром 8,2% жирности, вода питьевая)	180	2,68	2,80	19,85	115,61	0,14
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (хлеб ржаной, масло сливочное, колбаса вареная, сыр твердый, майонез)	40	4,57	3,82	15,42	114,96	0,07
Итого			400	13,04	13,26	58,98	408,95	0,69
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	100	2,61	2,43	4,66	52,38	0,52
Итого			100	2,61	2,43	4,66	52,38	0,52
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы свежие, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,37	2,96	1,15	32,65	1,90
2012	83	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (говядина 1 категория, лук репчатый, вода питьевая, картофель 1 сорт, морковь, томаты, томатный соус, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	180	6,39	7,07	12,97	141,37	6,60
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочное сливочное, соль йодированная)	130	2,52	2,91	20,42	118,17	10,32
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (говядина 1 категория, масло сливочное сливочное, соль йодированная, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сметана 10% жирности)	80	13,08	10,02	3,79	174,51	9,43
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,22	0,05	11,73	49,54	6,24
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обж. микродозированный)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			645	24,28	23,21	60,66	587,24	34,49
Уплотненный полдник								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (рис (длинный), вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное сливочное)	130	3,20	4,50	34,10	190,00	0,00
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (говядина 1 категория, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатный соус, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная, вода питьевая, сметана 10% жирности)	70/50	11,25	14,09	6,90	205,33	0,91
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочное сливочное, яйца куриные 1 сорт, соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	60	5,18	8,85	37,53	250,40	0,10
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоко)	100	0,40	0,40	9,60	47,00	10,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный, формовый мука высшего сорта)	55	4,20	0,34	27,51	130,30	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обж. микродозированный)	25	1,66	0,22	10,61	51,03	0,00
Итого			670	26,79	28,58	144,37	951,46	14,61
Итого				66,92	67,48	268,67	1 980,03	50,31

МЕНЮ

21 октября 2024 г.
Ясли 12 часов

Ясли 12 ч.с.с.с.								
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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "Теркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль гидрокарбонат, сахар песок, масло сливочно-сливочное (натуральное))	150	4,82	5,51	19,73	148,30	0,40
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (кофейный напиток, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, вода питьевая)	170	2,43	2,61	18,18	106,18	0,13
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (хлеб российский, масло сливочное, плавленый сыр, мука высшего сорта, яйцо куриное (универсальное))	30	3,05	2,20	12,93	84,06	0,03
Итого			350	10,30	10,32	50,84	338,56	0,56
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	100	2,81	2,43	4,66	52,38	0,52
Итого			100	2,81	2,43	4,66	52,38	0,52
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы свежие, масло подсолнечное рафинированное, соль гидрокарбонат)	40	0,29	1,91	0,92	22,04	1,52
2012	83	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (говядина 1 категория, лук репчатый, вода питьевая, яйцо куриное (шт.), картофель, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, соль гидрокарбонат)	150	5,20	6,02	10,81	118,46	5,51
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло сливочно-сливочное (натуральное))	110	2,14	1,96	17,42	96,26	8,81
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (печень говяжья, масло сливочно-сливочное (натуральное), соль гидрокарбонат, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности)	60	9,55	4,11	2,08	95,95	6,97
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,13	0,03	8,98	37,43	3,58
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной пшеничный (обс. микроуниверсальный))	20	1,36	0,16	8,48	40,80	0,00
Итого			530	18,57	14,21	48,59	410,94	26,39
Уплотненный полдник								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (зерно рисовое, вода питьевая, соль гидрокарбонат, масло сливочно-сливочное (натуральное))	110	2,71	3,81	28,86	160,76	0,00
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (говядина 1 категория, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль гидрокарбонат, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности)	60/50	8,92	13,14	4,19	176,66	0,86
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (яйца пшеничные высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное (натуральное), яйцо куриное (шт.), соль гидрокарбонат, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	50	5,03	7,68	35,56	231,31	0,09
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоки)	95	0,38	0,38	9,32	44,72	9,52
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный французский высшего сорта)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной пшеничный (обс. микроуниверсальный))	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			575	22,16	25,59	121,33	813,49	13,47
Всего				53,94	52,55	225,52	1 615,37	40,94