



МЕНЮ 23 октября 2024 г. Сад 12 часов

Сборная рас- пределе- ние	№ тех- карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель, морковь, лук, лук-порей, макароны, сливочное масло, молоко, соль	180	4.10	3.53	15.62	111.55	0.72
2012	304	ЧАЙ С МОЛОКОМ чай, молоко, сахар, соль	180	3.16	2.62	13.97	92.81	0.58
2008	11	БУТЕРБРОД СОСИСНЫМ С СЫРОМ сосиски, масло, сыр, хлеб, соль	40	4.23	7.52	12.00	130.00	0.07
Итого			400	11.49	13.67	42.48	342.36	1.37
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИТОВНИКА плоды шитовника, сахар, вода	100	0.18	0.07	7.03	30.00	26.00
Итого			100	0.18	0.07	7.03	30.00	26.00
Обед								
2012		САЛАТ ЛЕТНИЙ картофель, морковь, лук, лук-порей, салат, соль	60	0.78	2.15	4.56	41.25	8.38
2012	67	СУП ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ капуста, картофель, морковь, лук, лук-порей, сливочное масло, соль	180	4.87	5.77	8.55	98.58	0.00
2008	258	ЖАРЕНОЕ ПО-ДОМАДНЕМУ картофель, морковь, лук, лук-порей, сливочное масло, соль	150	9.90	9.98	16.35	194.89	8.44
2012	376	КАСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ плоды шитовника, сахар, вода, соль	180	0.18	0.17	20.18	94.20	1.84
18	19003	КЛЕБ РАЖАН хлеб, вода, дрожжи, соль	25	1.70	0.20	10.60	51.00	0.00
Итого			595	17.49	18.27	58.34	469.92	27.87
Уплотненный полдник								
2008	183	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ рис, творог, морковь, лук, лук-порей, соль	115	15.15	15.38	16.85	300.38	0.20
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ) сметана, сахар, соль	90	0.75	1.94	8.58	52.83	0.02
2008	434	МОЛОКО КИПЯНОЕ молоко, соль	160	5.43	4.77	9.09	101.70	2.70
2012	474	БЛАНОВА РОССИЙСКАЯ картофель, морковь, лук, лук-порей, сливочное масло, соль	60	5.44	5.54	20.97	221.88	0.13
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (БАНАН) банан	130	1.50	0.30	21.00	98.01	10.08
2008	73	КЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб, вода, дрожжи, соль	55	4.20	0.34	27.81	130.30	0.00
18	19003	КЛЕБ РАЖАН хлеб, вода, дрожжи, соль	25	1.70	0.20	10.60	51.00	0.00
Итого			485	38.23	38.27	133.76	864.19	13.58
Всего				67.27	81.88	241.46	1.907.96	58.38



МЕНЮ 23 октября 2024 г. Ясли 12 часов

Свер-ток, рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ картофель 2,0% жирности, яйца куриные, обезжиренный творог, йогурт 10% жирности, сахар-песок, ванилин (по вкусу)	150	3,42	3,94	13,02	83,00	0,60
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ сахар-песок, молоко 10% жирности, яйца куриные, сливочное масло	160	2,63	2,18	11,27	76,84	0,49
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРНЫМ С СЫРОМ хлеб ржаной, масло сливочное, сыр твердый, яйца куриные, сахар-песок, ванилин (по вкусу)	35	3,86	7,67	16,32	126,38	0,07
Итого			325	9,91	12,79	34,61	290,22	1,16
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ЦИТРУСОВОГО сахар-песок, вода минеральная	100	0,16	0,07	7,01	29,92	26,00
Итого			198	0,16	0,07	7,01	29,92	26,00
Обед								
2012		САЛАТ ЛЕТНИЙ огурцы, помидоры, морковь, яйца куриные, лук репчатый, майонез, соль (по вкусу)	30	0,37	1,54	1,97	24,39	4,58
2012	67	ОЦИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, сметана 10% жирности, майонез, сахар-песок, ванилин (по вкусу)	150	4,09	5,17	6,14	87,90	7,86
2008	258	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ говядина 1 категория, картофель, лук репчатый, майонез, сметана 10% жирности, соль (по вкусу)	120	7,87	7,86	14,24	159,19	7,33
2012	372	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ягоды, яйца куриные, сахар-песок, лимонная кислота	160	0,17	0,16	16,86	77,74	1,60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной (по рецептуре)	20	1,36	0,16	8,56	41,36	0,00
Итого			470	13,86	14,89	46,69	390,63	21,47
Уютный полдник								
2012	189	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ рис, творог 10% жирности, яйца куриные, сахар-песок, ванилин (по вкусу)	110	17,24	13,75	16,86	263,82	0,16
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ) ягоды, сметана 10% жирности, сахар-песок, ванилин (по вкусу)	50	0,76	1,82	5,86	46,72	0,02
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко 10% жирности	160	4,22	3,64	6,98	76,57	0,76
2012	474	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ яйца куриные, сахар-песок, мука пшеничная, дрожжи, соль (по вкусу)	60	8,18	4,75	37,56	212,42	0,11
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (БАНАН) (банан)	95	1,43	0,48	19,96	91,26	9,51
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничный (по рецептуре)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,06
		ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной (по рецептуре)	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			515	32,96	24,95	110,62	851,95	10,60
Всего				56,91	52,80	206,83	1.647,72	56,23