

МЕНЮ

25 февраля 2025 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	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа пшеничная полтвская, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	130	4,69	1,49	27,68	142,76	0,00
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,68	3,69	36,74	2,34
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ (джем, хлеб пшеничный формовой мука высш.сорт)	40	1,94	0,18	22,78	98,75	2,40
Итого			430	14,02	8,20	63,46	383,01	5,78
II Завтрак								
2012	398	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	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК (морковь, яблоки, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,43	2,62	3,94	41,86	3,47
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, горошек, зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	5,05	5,17	7,95	101,08	6,15
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая продел, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	130	4,15	1,97	26,37	139,64	0,00
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, говядина 1 категории)	70	9,51	8,81	2,68	131,09	0,01
2012	376	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (изюм, сахар, вода питьевая)	180	0,34	0,08	19,25	79,59	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			635	19,48	18,66	60,19	493,26	9,63
Уплотненный полдник								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	160	5,44	1,65	34,87	176,25	0,00
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (рыба пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай неразделанный)	70	11,39	6,35	7,19	131,73	0,35
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, вода питьевая, чай черный байховый)	200/10/6	0,19	0,01	10,13	42,36	0,99
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	60	4,19	4,06	34,54	191,28	0,08
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКИ) (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. формовой мука высш.сорт)	55	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			686	27,47	13,03	134,73	769,86	11,42
Всего				61,13	39,95	265,39	1 676,05	52,83



МЕНЮ 25 февраля 2025 г. Ясли 12 часов

Ясли 12 часов								
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа пшеничная перловка, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	110	3,96	1,16	23,38	119,62	0,00
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервированная, масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,78	3,69	37,55	2,34
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ (дрожжи, хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	35	1,92	0,17	19,30	85,26	1,60
Итого			385	12,70	7,48	54,75	336,71	4,88
II Завтрак								
2012	396	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок, вода питьевая)	100	0,16	0,07	7,13	30,39	26,00
Итого			100	0,16	0,07	7,13	30,39	26,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК (яблоко, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль йодированная)	30	0,27	1,53	2,43	25,13	1,63
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель белочешная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сливочное 1 сливочное, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	4,14	4,36	6,67	84,84	5,15
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая продел, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	110	3,27	1,75	20,80	111,79	0,00
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, говядина 1 килограмм, соль йодированная)	50	6,81	6,29	1,98	93,96	0,01
2012	376	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая)	150	0,29	0,06	16,04	66,39	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,30	0,16	8,50	41,30	0,00
Итого			510	16,08	14,15	56,42	423,41	6,79
Уплотненный полдник								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высшего сорта, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	150	5,23	1,57	33,52	169,23	0,00
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, рыба морской неразделанная, соль йодированная)	50	6,12	3,58	5,10	85,26	0,25
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, вода питьевая, чай черный байховый)	180/8/5	0,16	0,00	8,19	34,26	0,82
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, молоко ступенное с сахаром 8,5% жирности, соль йодированная)	50	3,48	3,19	28,86	158,19	0,06
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКИ) (яблоки)	95	0,38	0,38	9,32	44,69	9,51
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			598	21,74	9,15	113,54	627,15	10,64
Всего				50,68	30,85	231,84	1 417,66	48,31