



МЕНЮ
29 ноября 2024 г.

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ (пастер 0,5% жирности, соль йодированная, сметана 10% жирности, яйца курицы сорт 1, сахар песок, корица молотая, масло сливочное рафинированное)	120	19,30	13,49	19,13	283,66	0,29
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СПАДКИЙ) (масло сливочное, 2,5% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	50	0,96	2,45	6,57	52,31	0,13
ТК №043		КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, масло сливочное, 2,5% жирности, вода питьевая)	200	4,08	3,37	14,66	106,55	0,84
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сливочное-сливочное, батон белый, 100% мука высшего сорта, яйцо, микроингредиент)	30	1,91	4,86	12,89	102,90	0,00
Итого			400	26,25	24,17	53,25	645,42	1,06
II Завтрак								
2008	423	ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ (МАНДАРИН) (мандарины)	100	0,78	0,19	7,28	38,86	15,20
Итого			100	0,78	0,19	7,28	38,86	15,20
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (помидоры, огурцы, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,53	2,59	2,01	34,67	11,05
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПой И ГОВЯДИНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, петрушка, соль йодированная)	180	5,50	5,16	14,28	125,69	4,75
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высшего сорта, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное-сливочное)	130	4,22	3,04	26,98	152,31	0,00
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (масло сливочное, 2,5% жирности, масло сливочное-сливочное, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай, микроингредиент, яйца курицы (сорт 1), масло подсолнечное рафинированное, хлеб пшеничный, батонный, мука высшего сорта)	70	10,52	10,95	14,62	199,51	0,31
2012	376	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоко сладкое (сорт 1), сахар песок, вода питьевая)	180	0,34	0,08	19,25	79,59	0,00
ТК №003		ХЛЕБ РЖАНОЙ (сорт ржано-пшеничный, яйцо, микроингредиент)	25	1,70	0,20	10,80	51,00	0,00
Итого			635	22,81	22,02	87,74	642,77	16,11
Уплотненный полдник								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ С ЯБЛОКАМИ (морковь, капуста белокочанная, яблоки, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,71	2,59	3,08	39,03	7,70
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сливочное-сливочное)	130	2,53	4,82	14,00	116,20	9,51
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца курицы (сорт 1))	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (РЯЖЕНКА) (ряженка 2,5% жирности)	180	5,40	1,80	7,56	72,00	0,90
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ПЕЧЕНЬЕ) (печенье сахарное мука высшего сорта)	35	2,63	3,43	26,04	145,95	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (сорт пшеница, батонный, мука высшего сорта)	55	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
ТК №003		ХЛЕБ РЖАНОЙ (сорт ржано-пшеничный, яйцо, микроингредиент)	25	1,70	0,20	10,80	51,00	0,00
Итого			515	22,07	17,68	89,16	615,33	18,11
Всего				71,91	64,06	237,43	1 840,38	50,48



Заведующий
С.А. Алтункина

МЕНЮ 29 ноября 2024 г. Ясли 12 часов

Сбор-ник ре-цеп-тур	№ техн. карты	наименование блюда	Выход	Химический состав			энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ (творог 5,0% жирности, сметана 10% жирности, яйца куриные (кат. 1), сахар белый, сахар ванильный, ванилин (или), 2,0% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль поваренная)	115	16,90	12,21	18,07	257,58	0,26
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер. 2,0% жирности, масло сливочно-столовое топленое, марш. пышковая вата (кат. 1), вода питьевая, сахар белый, соль поваренная)	30	0,50	1,59	4,16	33,28	0,08
		КАКАО С МОЛОКОМ (молоко-сливки, сахар белый, молоко пастер. 2,0% жирности, вода питьевая)	180	3,80	3,20	15,50	107,00	0,60
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-столовое топленое, ватки сахарной пудры (марш. пышковая вата (кат. 1), сахар белый, ванилин (или), ваниль (или))	25	1,53	4,71	10,32	89,80	0,00
Итого			350	22,83	21,71	48,15	487,66	0,94
II Завтрак								
2008	423	ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ (МАНДАРИН) (мандарины)	100	0,78	0,19	7,28	36,89	15,21
Итого			100	0,78	0,19	7,28	36,89	15,21
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (помидоры спелые, огурцы для салатов, масло подсолнечное рафинированное, соль поваренная)	75	0,43	2,08	1,61	27,74	8,88
2008	96	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ И ГОВЯДИНОЙ (картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина (или) курица, соль поваренная)	150	4,44	4,19	11,90	103,24	3,97
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия (шпатель), вода питьевая, масло сливочно-столовое топленое, соль поваренная)	110	2,65	2,31	16,95	99,29	0,00
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (рыбное филе, 2,0% жирности, масло сливочно-столовое топленое, марш. пышковая вата (кат. 1), вода питьевая, соль поваренная, рыба нежирная (карп, карась, окунь (кат. 1), масло подсолнечное рафинированное, марш. пышковая вата (кат. 1), вода питьевая)	50	8,78	8,09	7,70	138,91	0,24
2012	376	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОКА (яблоки (средней велич.), сахар белый, вода питьевая)	150	0,29	0,07	16,03	66,39	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной пышковый (или) мажорантовый (или))	20	1,33	0,18	8,53	41,33	0,00
Итого			555	17,90	16,90	62,72	476,90	13,09
Уплотненный полдник								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ С ЯБЛОКАМИ (яблоки, капуста белокочанная, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль поваренная)	40	0,53	2,07	2,34	30,67	5,75
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (картофель 10% жирности, марш. пышковая вата (кат. 1), вода питьевая, картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сливочно-столовое топленое, соль поваренная)	120	2,34	4,30	12,91	105,79	8,70
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (кат. 1))	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (РЯЖЕНКА) (ряженка 2,0% жирности)	160	4,80	1,80	5,72	64,00	0,80
2008		кондитерское изделие в ассортименте (ПЕЧЕНЬЕ) (печенье сахарное (или) ватное (или))	25	1,88	2,45	18,80	104,25	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ватки сахарной пудры (марш. пышковая вата (кат. 1), сахар белый, ванилин (или), ваниль (или))	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной пышковый (или) мажорантовый (или))	20	1,36	0,18	8,48	40,80	0,00
Итого			445	18,01	16,34	69,91	513,31	15,25
Всего				60,52	55,14	188,06	1 514,76	44,45