

МЕНЮ

30 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (сметана 15% жирности, соль йодированная, сахар 3,0% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, сахар песок, подсластитель (аэрогелевый))	120	18,80	14,79	19,72	292,09	0,24
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ) (сметана 15% жирности, сахар песок, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, сахар песок)	50	0,70	4,66	3,60	67,24	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАЛИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	3,08	2,43	14,77	93,87	0,52
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (хлеб ржаной, батон нарезаный, сыр, мука высшего сорта, масло сливочное)	35	4,20	3,68	12,86	101,95	0,07
Итого			405	26,78	25,56	50,95	555,15	0,85
II Завтрак								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАЛИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (РЯЖЕНКА) (ряженка 2,5% жирности)	100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2008	29	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (огурцы свежие, капуста белокочанная, помидоры свежие, масло растительное рафинированное, соль йодированная)	60	0,72	3,08	2,09	39,54	14,89
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия высшего сорта, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, сливочное масло, томатная паста, вода питьевая, пшеница 1 категории, соль йодированная)	180	4,72	4,37	13,61	112,79	3,71
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное, сливочное масло, соль йодированная)	130	2,79	3,57	18,97	119,36	9,21
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (печень куриная, курица отварная, лук репчатый, морковь, масло сливочное, сливочное масло, курица отварная (суп), соль йодированная)	70	9,04	3,75	7,86	110,77	6,51
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (фруктовый абрикос без косточки (курага), сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180	0,77	0,05	22,58	94,40	0,24
TK №003		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной, пшеничный обог. экстракт)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			646	19,74	15,02	75,71	527,86	34,56
Уплотненный полдник								
2012	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ (пшеница 1 категории, морковь, картофель, лук репчатый, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, лук репчатый, масло сливочное, сливочное масло, вода питьевая, соль йодированная)	130	11,51	10,73	15,19	203,42	6,82
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
2012	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ" (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочное, сливочное масло, мука пшеничная (суп), молоко пастер. 2,5% жирности, дрожжи, соль йодированная, вода питьевая)	60	5,08	2,90	30,28	167,37	0,12
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ГРУША) (фрукт)	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный, формовый мука высшего сорта)	55	4,20	0,34	27,61	130,30	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной, пшеничный обог. экстракт)	25	1,66	0,22	10,61	51,03	0,00
Итого			550	28,34	19,26	103,08	700,82	14,64
Всего				77,86	60,84	233,94	1 823,83	50,55



МЕНЮ 30 октября 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	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (пудинг 5,0% жирности, соль йодированная, крупя манная, сахар пастер, мука куриная (шт.), масло сливочно-сливочное-несоленное, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер, 2,5% жирности)	110	16,21	13,32	17,23	257,98	0,19
2012	367	СОУС СМЕТАННЫЙ (СЛАДКИЙ) (масло сливочно-сливочное-несоленное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, сахар пастер)	30	0,53	3,46	2,68	50,79	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар пастер, молоко пастер, 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,76	2,18	13,06	83,58	0,47
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшени мука высш. сорт обог. микроулучшенными)	30	3,04	2,21	12,85	83,77	0,04
Итого			350	22,54	21,17	45,82	476,12	0,72
II Завтрак								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (РЯЖЕНКА) (ряженка 2,5% жирности)	100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Итого			100	3,00	1,00	4,20	40,00	0,50
Обед								
2008	29	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (огурцы свежие, капуста белокачанная, помидоры свежие, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	40	0,45	2,14	1,33	26,88	9,68
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (макаронные изделия высш. сорт, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочно-сливочное-несоленное, томатная паста, вода питьевая, соевая 1 категории, соль йодированная)	150	3,85	3,58	11,38	93,37	3,09
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер, 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное-несоленное, соль йодированная)	110	2,35	2,88	15,97	99,59	7,76
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (говядина, курица, крупя рисовая, лук репчатый, масло сливочно-сливочное-несоленное, вода куриная (шт.), соль йодированная)	50	6,57	2,76	5,57	79,99	4,63
2012	380	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (сладкий абрикос без косточки (курага), сахар пастер, крахмал картофельный, вода питьевая)	150	0,66	0,04	19,21	80,35	0,21
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшенными)	20	1,30	0,16	8,50	41,30	0,00
Итого			520	15,18	11,56	61,96	421,48	25,37
Уплотненный полдник								
2012	274	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ (говядина 1 категории, морковь, картофель, лук репчатый, масло сливочно-сливочное-несоленное, мука пшеничная высш. сорт, лук репчатый, масло сливочно-сливочное-несоленное, вода питьевая, соль йодированная)	110	9,32	7,90	12,71	159,00	5,72
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер, 2,5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2012	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ" (мука пшеничная высш. сорт, сахар пастер, масло сливочно-сливочное-несоленное, яйца куриные (шт.), молоко пастер, 2,5% жирности, дрожжи, соль йодированная)	50	4,56	2,32	27,76	150,09	0,10
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ГРУША) (груша)	95	0,38	0,28	9,78	44,64	4,75
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенично-ржаной мука высш. сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшенными)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			465	22,85	14,57	85,78	567,82	11,35
Всего				63,57	48,30	197,76	1 505,42	37,94