

МЕНЮ
10 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,6	2,5	18,5	128	0,6
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,1	9,8	70	0,5
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		0,5	17	0
Итого			360	10,4	6,7	40,3	260	1,1
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,4	0,3	11,2	51	5,4
Итого			150	0,4	0,3	11,2	51	5,4
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,4	1,2	38	0,1
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,7	4,4	10,8	102	5,3
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,4	12,3	25,3	262	11,9
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,8	1,2	15	0
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,8		12,4	54	0,2
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	2	0,3	12,7	61	0
Итого			540	21,9	20,7	71,3	571	17,5
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,5	0,1	1,9	12	5
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,3	6,8	23,6	196	0,1
	ТК№038	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,1		5,2	22	0,8
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	2	0,3	12,7	61	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6	3,9	22,1	150	0
Итого			370	11	10,8	52,8	380	5,9
Всего				41,6	38,9	180,5	1304	27,5

МЕНЮ
10 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	6,2	10	26,8	209	0,8
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" Б/МОЛ (аллергики)	200	6,2	10	26,8	209	0,8
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		0,5	17	0
Итого			410	14,6	17,2	73,8	464	1,3
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,4	0,3	11,2	51	5,4
Итого			150	0,4	0,3	11,2	51	5,4
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	3	1,5	47	1,94
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	6	5,8	14,5	134	7,4
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	170	8,5	12,1	13,4	272	12,02
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1	2	3	37	0
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1	0,1	15,1	66	0,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2	0,2	12,7	61	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2,3	0,9	15,5	79	0
Итого			720	21,6	24,1	75,7	696	21,66
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,5	0,1	1,9	12	5
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5,4	8,5	29,2	244	0,1
2012	203	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	150	17,7	16,7	17,1	218	8,69
	ТК№038	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,2		6,1	26	1
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		5,6	23	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,7	5,7	30,4	206	0
Итого			455	14,9	14,3	67,6	488	6,1
Всего				49,6	54,2	206,7	1606	34,46

