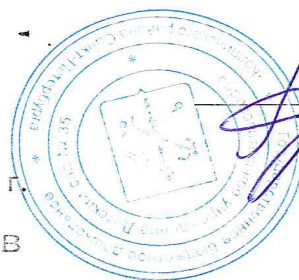


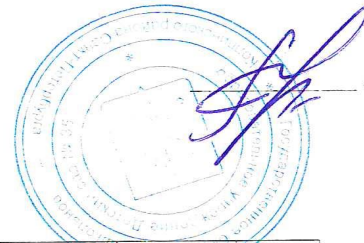
МЕНЮ

6 февраля 2024 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 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 30 | 3,39 | 6,90 | 10,00 | 69,00 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 155 | 3,80 | 6,10 | 20,90 | 154,00 | 0,40 |
| | | ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) | 180 | 3,20 | 1,80 | 13,60 | 77,00 | 1,70 |
| Итого | | | 365 | 10,39 | 14,80 | 44,50 | 300,00 | 2,10 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок абрикосовый 0,2) | 152 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 152 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые) | 41 | 0,40 | 0,10 | 1,50 | 9,60 | 4,00 |
| 2012 | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, филе грудки цыпленка, петрушка (зелень)) | 150/10/1 | 1,70 | 1,72 | 12,13 | 71,00 | 4,40 |
| 2012 | 294 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (говяжья печень, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная) | 140 | 13,64 | 14,96 | 15,49 | 190,08 | 13,02 |
| | ТК№0 27 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая) | 150 | 0,50 | 0,20 | 18,30 | 77,30 | 59,76 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 16 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| | | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 16 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 | 0,00 |
| Итого | | | 524 | 18,34 | 17,60 | 61,52 | 418,28 | 81,18 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 246 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ (рыба горбуша филе, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 50 | 10,66 | 6,49 | 1,05 | 105,07 | 0,40 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная) | 110 | 2,43 | 3,77 | 16,01 | 109,14 | 7,69 |
| | | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота) | 150 | 0,10 | 0,10 | 18,10 | 75,00 | 1,20 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 16 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| 2008 | 477 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное) | 50 | 2,04 | 4,69 | 24,58 | 167,28 | 0,10 |
| Итого | | | 376 | 16,23 | 15,17 | 66,14 | 487,49 | 9,39 |
| Всего | | | | 44,96 | 47,57 | 172,16 | 1 205,77 | 92,67 |

МЕНЮ
6 февраля 2024 г.
Сад 12 часов



№ ДОУ 12/25
Родионова Н. В.

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)</small> | 30 | 3,46 | 7,04 | 10,20 | 70,38 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small> | 205 | 5,07 | 8,10 | 27,90 | 205,00 | 0,50 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики) <small>(крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small> | 205 | 2,05 | 4,30 | 25,17 | 147,50 | 0,00 |
| | ТК№0 40 | ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)</small> | 180 | 3,20 | 2,80 | 13,60 | 77,00 | 0,50 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small> | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| Итого | | | 415 | 11,73 | 17,94 | 51,70 | 352,38 | 1,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(сок яблочный)</small> | 181 | 0,90 | 0,18 | 18,25 | 83,13 | 3,61 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)</small> | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| Итого | | | 181 | 0,90 | 0,18 | 18,25 | 83,13 | 3,61 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№0 14 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ <small>(томаты грунтовые)</small> | 51 | 0,50 | 0,13 | 1,90 | 12,00 | 5,00 |
| 2012 | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ <small>(картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, филе грудки цыпленка, петрушка (зелень))</small> | 200/10/1 | 2,35 | 2,13 | 17,13 | 97,25 | 6,46 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики) <small>(картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)</small> | 250 | 3,60 | 2,86 | 19,20 | 117,00 | 12,00 |
| 2012 | 294 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ <small>(говяжья печень, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)</small> | 180 | 17,18 | 18,69 | 19,58 | 315,95 | 16,64 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА <small>(шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)</small> | 180 | 0,60 | 0,24 | 22,00 | 93,00 | 72,00 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small> | 16 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной пшен.мука высш сорт обог. микронутриентами)</small> | 21 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 659 | 23,13 | 21,91 | 77,31 | 601,60 | 100,10 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 246 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ <small>(рыба горбуша филе, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small> | 70 | 14,83 | 8,98 | 1,46 | 145,82 | 0,57 |
| 2008 | 252 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) <small>(говядина б/к, морковь, лук репчатый)</small> | 50 | 13,13 | 8,82 | 0,00 | 133,35 | 0,00 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>(картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small> | 130 | 2,73 | 4,65 | 17,68 | 120,59 | 9,09 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) <small>(картофель, масло сладко-сливочное несоленое)</small> | 130 | 2,50 | 0,50 | 19,80 | 94,00 | 18,00 |
| | ТК№0 48 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК <small>(яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)</small> | 180 | 0,12 | 0,12 | 21,72 | 88,20 | 1,40 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)</small> | 16 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| 2008 | 477 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ <small>(мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)</small> | 50 | 4,39 | 0,92 | 26,42 | 132,60 | 0,10 |
| Итого | | | 446 | 23,07 | 14,79 | 73,68 | 518,21 | 11,16 |
| Всего | | | | 58,83 | 54,82 | 220,94 | 1 555,32 | 115,87 |