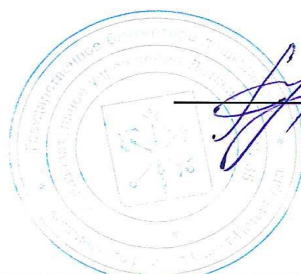


МЕНЮ

14 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 155 | 4,20 | 5,60 | 18,70 | 142,10 | 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 | 10,79 | 14,30 | 42,30 | 288,10 | 2,10 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК АБРИКОСОВЫЙ (сок абрикосовый 0,2) | 160 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 160 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые) | 54 | 0,30 | 0,00 | 1,00 | 5,60 | 1,60 |
| 2012 | 77 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, филе грудки цыпленка, сметана 15% жирности, соль йодированная, петрушка (зелень)) | 150/10/5 | 1,65 | 2,51 | 11,82 | 78,91 | 6,56 |
| 2012 | 34 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная) | 50 | 11,42 | 5,00 | 4,59 | 110,16 | 8,36 |
| 2012 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (картофель, морковь, лук репчатый, репа, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная) | 160 | 2,57 | 7,38 | 14,34 | 133,75 | 4,07 |
| | | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая) | 150 | 0,30 | 0,00 | 5,80 | 85,00 | 0,00 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 25 | 1,70 | 0,20 | 10,60 | 51,00 | 0,00 |
| | | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 21 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 625 | 19,44 | 15,69 | 58,45 | 516,82 | 20,59 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности) | 105 | 18,18 | 9,34 | 16,51 | 226,56 | 0,20 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 150 | 4,40 | 3,00 | 7,30 | 74,20 | 0,80 |
| | | МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин) | 141 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 | 15,20 |
| | | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики) (груша) | 150 | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 | 3,00 |
| 2008 | 467 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное) | 50 | 3,56 | 5,84 | 23,76 | 148,80 | 0,00 |
| Итого | | | 446 | 26,94 | 18,38 | 55,07 | 487,56 | 16,20 |
| Всего | | | | 57,17 | 48,37 | 155,82 | 1 292,48 | 38,89 |

МЕНЮ

14 февраля 2024 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 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 35 | 3,90 | 7,94 | 11,50 | 79,35 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 205 | 6,00 | 8,00 | 27,00 | 203,00 | 0,50 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (пшено, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 205 | 4,36 | 5,16 | 30,31 | 185,15 | 0,00 |
| | ТК№040 | ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 180 | 3,20 | 2,80 | 13,60 | 77,00 | 0,50 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| Итого | | | 420 | 13,10 | 18,74 | 52,10 | 359,35 | 1,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК АБРИКОСОВЫЙ (сок яблочный) | 181 | 0,90 | 0,18 | 18,25 | 83,13 | 3,61 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 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№015 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые) | 68 | 0,38 | 0,00 | 1,30 | 7,00 | 2,00 |
| 2012 | 77 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, филе грудки цыпленка, сметана 15% жирности, соль йодированная, петрушка (зелень)) | 200/10/5 | 1,71 | 2,52 | 12,28 | 81,05 | 6,79 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики) (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая) | 250 | 3,60 | 2,86 | 19,20 | 117,00 | 12,00 |
| 2012 | 34 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная) | 80 | 17,92 | 7,84 | 7,20 | 172,80 | 12,90 |
| 2012 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ) (картофель, морковь, лук репчатый, репа, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная) | 160 | 2,57 | 7,38 | 14,34 | 133,86 | 9,84 |
| | | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая) | 150 | 0,30 | 0,00 | 5,80 | 85,00 | 0,00 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 29 | 2,04 | 0,24 | 12,72 | 61,20 | 0,00 |
| | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | 26 | 1,88 | 0,75 | 12,88 | 65,90 | 0,00 |
| Итого | | | 728 | 26,80 | 18,73 | 66,52 | 606,81 | 31,53 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности) | 130 | 22,66 | 11,52 | 20,61 | 282,88 | 0,26 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, ванилин) | 50 | 0,90 | 2,30 | 6,50 | 39,00 | 0,10 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 200 | 6,00 | 4,00 | 9,80 | 98,90 | 1,10 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| | | МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин) | 142 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 | 15,20 |
| | | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики) (груша) | 150 | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 | 3,00 |
| 2008 | 467 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное) | 60 | 4,44 | 7,17 | 29,09 | 133,32 | 0,00 |
| Итого | | | 582 | 34,80 | 25,19 | 73,50 | 592,10 | 16,66 |
| Всего | | | | 75,60 | 62,84 | 210,37 | 1 641,39 | 52,80 |