



МЕНЮ
11 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	5	6,1	23,3	170	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,5	1	17,1	87	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3	2,4	13,6	88	0,5
Итого			356	10,5	14,5	54	390	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	1	0,2	19,6	89	0
Итого			150	1	0,2	19,6	89	0
Обед								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	5	6,5	12,3	132	2,5
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	130	10,2	14,7	9,4	212	26,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			470	17,8	21,6	44,5	449	28,6
Полдник								
2012	485	БАТОН С ПОВИДЛОМ	50	2,5	1	25,5	121	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			200	8,1	5,9	34,8	226	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	40	0,6		3,5	17	0,6
2008	239	РЫБНО- РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	150	11,7	7,8	22	209	0,8
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,2	16,7	79	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,1	25	0
Итого			400	14,9	8	48,3	330	1,4
Всего				52,3	50,2	201,2	1484	32



МЕНЮ
11 декабря 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	5,6	6,9	26,3	190	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		7,8	0,1	70	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3,1	1,2	21,2	108	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	13	86	0,5
Итого			408	11,7	18,3	60,6	454	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,9	0,2	17,8	81	0
Итого			150	0,9	0,2	17,8	81	0
Обед								
2008	95	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200	5,7	8,4	14,6	211	3,8
2008	311	ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ	150	11,5	14,8	11,1	273	33,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			8,3	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,6	0,5	23,2	112	0
Итого			600	20,8	23,7	57,2	629	37,3
Полдник								
2012	485	БАТОН С ПОВИДЛОМ	70	3,1	1,2	38	175	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,4	4,8	9	102	1
Итого			250	8,5	6	47	277	1
Ужин								
к/к	к/к	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,6	0,1	4,1	19	0,8
2012	268	РЫБНО-РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА	180	11,6	9,3	18,9	208	0,9
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7	29	0
Итого			450	15,4	9,6	50,1	351	1,7
Всего				57,3	57,8	232,7	1792	41