



МЕНЮ
20 августа 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130	4,5	6,6	17,7	149	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		4,9		44	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3	2,5	10,5	78	0,5
Итого			356	14,9	19,5	43,9	413	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,7	67	0
Итого			150	0,8	0,2	14,7	67	0
Обед								
2008	90	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ И ГРЕНКАМИ	150	6	7,4	13,7	149	4,2
2008	272	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ ПО ДОМАШНЕМУ	130	9,2	11,9	21,8	231	11,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,7	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			470	17,8	19,7	58,2	485	15,4
Полдник								
2012	468	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	50	4,5	2,9	39,1	201	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
Итого			200	8,8	6,6	46,1	280	0,9
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,3	25	0
2012	211	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ	140	14,9	14,2	14,4	242	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,9	24	0
Итого			400	17,3	14,4	41,7	362	0,4
Всего				59,6	60,4	204,6	1607	17,7



МЕНЮ
20 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,8	7,2	23,6	183	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,7	0,1	61	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,1	2,6	11,6	83	0,5
Итого			418	17	22,3	56,2	495	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	69	0
Итого			150	0,8	0,2	15,2	69	0
Обед								
2012	56	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ ГРЕНКАМИ	200	7,7	8,9	14,8	175	3,6
2008	272	ТУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ С КУРИЦЕЙ ПО ДОМАШНЕМУ	150	9,8	13,5	21,8	247	11,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			600	20,8	22,8	64,6	551	14,9
Полдник								
2012	468	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	70	6,2	3,4	51,4	261	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
Итого			250	11,2	7,8	59,7	355	1
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2012	211	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ	160	18,9	17,5	18,8	302	0,4
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		7,1	29	0
Итого			450	22,1	17,7	52,2	451	0,4
Всего				71,9	70,8	247,9	1921	17,3