



МЕНЮ
28 ноября 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								
2008	189	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	140	5,2	6,3	19,6	156	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6		5		45	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24	0
Итого			356	7,6	12,2	41	304	0,5
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 КУДРЯВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	5,1	8,7	6,5	130	2,9
2008	299	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	3,9	5	22,5	150	10,5
2008	299	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,7	8,9	6	134	0,6
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			500	19,3	23	57,8	519	14
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА	50	5	3,4	29	166	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
Итого			200	9,3	7,1	36	245	0,9
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2008	225	МАКАРОНИК С ТВОРОГОМ	160	14,5	13,9	14,3	237	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	2,6	10,6	78	0,5
Итого			420	19,8	16,7	46,2	411	0,9
Всего				56,8	59,2	196,2	1548	16,3



МЕНЮ
28 ноября 2024 г.

Сад 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 ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	5,8	6,4	22,3	171	0,5
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	60	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
Итого			398	8,9	14,2	50,1	365	0,5
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 КУДРЯВЫЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,5	10	8,4	152	3,8
2008	299	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	4,2	6	24,1	169	11,1
2008	299	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	70	9,1	11,3	6	160	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			610	22,1	27,7	66,5	610	15,6
Полдник								
2012	485	БУЛОЧКА	70	6,1	3,6	38,9	213	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
Итого			250	11,1	8	47,2	307	1
Ужин								
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	50			6,2	25	0
2008	225	МАКАРОННИК С ТВОРОГОМ	160	18,4	16	18,7	288	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	11,6	83	0,5
Итого			450	24,6	18,8	56,6	491	0,9
Всего				67,5	68,9	235,6	1842	18