

Утверждаю

Заведующий



Тихонова И.А./

# МЕНЮ

1 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,80	3,70	8,73	84,12	0,03
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,89	4,74	22,26	151,71	0,42
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,79	4,32	21,19	134,62	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,71	2,18	11,82	78,41	0,47
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,10	0,00	5,20	20,90	0,00
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>11,40</b>	<b>10,62</b>	<b>42,81</b>	<b>314,24</b>	<b>0,92</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ	125	3,51	3,13	5,65	70,80	0,88
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,51</b>	<b>3,13</b>	<b>5,65</b>	<b>70,80</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	4,57	4,01	8,62	88,98	3,19
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	50	10,80	3,23	1,52	78,15	0,03
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,57	4,54	16,98	119,54	7,92
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,79	0,05	25,08	104,44	0,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАТОН	9	0,66	0,26	4,54	23,12	0,00
<b>Итого</b>			<b>569</b>	<b>21,03</b>	<b>12,31</b>	<b>65,90</b>	<b>460,22</b>	<b>13,38</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100	9,96	12,60	14,78	212,68	0,90
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,72	5,83	17,82	138,86	5,08
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,32	1,86	9,96	66,40	0,43
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,20	0,00	5,30	21,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,01	0,13	6,48	31,19	0,00
2008		ГРУША	67	0,27	0,20	6,92	31,59	3,36
<b>Итого</b>			<b>382</b>	<b>17,28</b>	<b>20,62</b>	<b>55,96</b>	<b>480,72</b>	<b>9,77</b>
<b>Всего</b>				<b>53,22</b>	<b>46,68</b>	<b>170,32</b>	<b>1 325,98</b>	<b>24,95</b>

Утверждаю

Заведующий  
№70 Новостроек  
Тихонова И.А./

# МЕНЮ

1 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,34	5,49	9,97	111,62	0,05
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,21	7,58	28,48	207,52	0,50
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	3,59	5,26	23,63	156,01	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,96	2,31	11,78	80,34	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,05	0,00	7,38	29,63	0,01
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>14,51</b>	<b>15,38</b>	<b>50,23</b>	<b>399,48</b>	<b>1,05</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ГРУША (аллергии)	58	0,20	0,20	6,20	28,20	3,00
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,50</b>	<b>3,13</b>	<b>5,64</b>	<b>70,64</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,22	4,61	11,29	103,52	3,97
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/10/1	5,03	8,21	10,64	136,31	4,06
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	11,26	4,02	1,92	88,57	0,04
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ (аллергии)	70	8,87	5,40	9,46	121,71	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,97	4,90	19,56	134,71	9,15
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (аллергии)	150	2,43	5,31	18,72	132,72	9,08
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,92	0,05	31,40	130,57	0,29
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	26	1,98	0,77	13,60	69,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>717</b>	<b>23,74</b>	<b>14,66</b>	<b>91,34</b>	<b>594,36</b>	<b>15,95</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	13,27	16,62	23,07	295,34	1,17
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	65	5,23	5,66	26,92	179,69	6,45
2008		БАТОН (аллергии)	18	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,78	2,23	10,58	74,17	0,52
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,05	0,00	7,38	29,63	0,01
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,00	0,13	6,43	30,92	0,00
2008		ГРУША	72	0,29	0,22	7,39	33,72	3,59
<b>Итого</b>			<b>462</b>	<b>22,57</b>	<b>24,86</b>	<b>74,39</b>	<b>613,84</b>	<b>11,73</b>
<b>Всего</b>				<b>64,32</b>	<b>58,03</b>	<b>221,60</b>	<b>1 678,32</b>	<b>29,61</b>