

Утверждаю



МЕНЮ

11 апреля 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,90	4,74	12,85	101,62	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,91	6,33	20,08	157,48	0,41
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	150	3,02	5,51	19,87	140,99	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	2,59	2,10	12,54	80,13	0,48
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,20	0,00	5,30	21,80	0,00
Итого			350	9,40	13,17	45,47	339,23	0,89
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	159	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
Итого			159	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	31	0,25	0,03	0,78	4,36	3,11
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,92	2,76	12,00	88,70	4,67
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	13,75	7,55	2,06	146,66	10,28
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,85	4,02	14,18	105,14	11,48
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	154	0,46	0,00	25,38	104,62	9,23
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,20	0,00	5,30	21,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,61	0,21	10,29	49,53	0,00
Итого			560	22,84	14,57	64,69	499,01	38,77
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	40/30	4,94	6,42	2,58	88,35	2,49
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,84	1,70	28,06	146,79	0,10
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	10,71	45,26	1,85
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАНАН	68	1,06	0,35	14,78	67,58	7,04
Итого			398	17,22	13,15	64,88	450,06	11,48
Всего				53,96	42,39	181,34	1 348,30	51,89

Утверждаю



Заведующий

Новосуровск

Тихонова И.А./

МЕНЮ

11 апреля 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,85	4,72	12,50	99,82	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,57	8,20	26,81	208,04	0,55
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	200	3,58	6,65	22,82	165,38	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,78	2,23	10,51	73,82	0,52
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,05	0,00	7,38	29,63	0,01
Итого			410	11,20	15,15	49,82	381,68	1,07
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	191	5,40	1,80	7,56	72,00	0,90
2008		БАНАН (аллергики)	68	1,10	0,40	14,70	67,20	7,00
Итого			191	5,40	1,80	7,56	72,00	0,90
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	52	0,41	0,05	1,29	7,23	5,16
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	5,26	3,74	17,60	125,31	6,00
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	250/15	6,60	6,16	20,16	162,60	6,61
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	17,94	9,57	2,72	189,19	13,68
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,84	4,43	14,20	108,95	11,50
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	130	2,52	5,20	13,66	112,20	11,25
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	179	0,89	0,00	22,68	98,21	7,14
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	26	1,96	0,76	13,40	68,30	0,00
Итого			713	31,29	18,81	84,61	658,38	43,48
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	55/35	6,11	9,88	3,89	129,65	7,31
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	13,88	58,36	2,16
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	70	6,76	3,35	39,30	214,14	0,14
2008		БАТОН (аллергики)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАНАН	79	1,18	0,39	16,50	75,42	7,86
Итого			479	20,45	18,30	82,32	579,65	17,47
Всего				68,34	54,06	224,31	1 691,71	62,92