

МЕНЮ

16 января 2025 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	4,66	8,01	20,37	172,72	0,43
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	21/6/4	1,89	4,84	12,81	102,46	0,00
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	127	2,56	2,16	9,84	69,65	0,43
Итого			308	9,11	15,01	43,02	344,83	0,86
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	117	0,47	0,47	11,45	54,91	11,68
Итого			117	0,47	0,47	11,45	54,91	11,68
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	131	1,61	1,86	5,88	47,62	15,92
2008	83	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ	180	5,63	9,61	9,87	152,56	5,67
2008	323	ГРЕЧКА ПО КУПЕЧЕСКИ	139	10,43	10,23	20,88	217,12	0,84
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,87	23,45	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			640	20,32	22,05	59,46	522,33	22,43
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	125	3,69	3,18	6,11	68,70	0,68
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	34	3,35	2,86	28,30	152,02	0,09
Итого			159	7,04	6,04	34,41	220,72	0,77
Ужин								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	132	9,10	8,23	4,65	129,34	0,11
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	179	0,08	0,00	6,03	24,40	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,87	0,15	12,32	58,13	0,00
Итого			336	11,05	8,38	23,00	211,87	0,13
Всего				47,99	51,95	171,34	1 354,66	35,87

Отвественный за питание _____ Седова Кристина Илларионовна

МЕНЮ

16 января 2025 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	5,07	6,49	22,35	168,61	0,43
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33/7	2,51	6,39	17,04	135,86	0,00
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	169	2,55	2,15	9,79	69,37	0,43
Итого			409	10,13	15,03	49,18	373,84	0,86
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	117	0,47	0,47	11,45	54,92	11,68
Итого			117	0,47	0,47	11,45	54,92	11,68
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	131	1,61	1,60	5,88	45,25	15,92
2008	83	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ	200	6,49	10,95	11,74	176,19	6,79
2008	323	ГРЕЧКА ПО КУПЕЧЕСКИ	139	10,38	10,13	20,84	215,87	0,84
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	5,82	23,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			720	21,79	23,12	65,48	562,55	23,55
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	167	4,69	4,04	7,77	87,39	0,87
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	34	3,32	2,86	28,41	152,62	0,09
Итого			201	8,01	6,90	36,18	240,01	0,96
Ужин								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	175	9,06	8,22	4,46	128,43	0,11
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	196	0,09	0,00	6,00	24,35	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,51	0,20	16,48	77,80	0,00
Итого			404	11,66	8,42	26,94	230,58	0,13
Всего				52,06	53,94	189,23	1 461,90	37,18

Отвественный за питание _____ Седова Кристина Илларионовна