

МЕНЮ
30 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	4,30	4,75	20,46	142,25	0,34
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	116	2,30	1,94	9,59	65,68	0,39
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	21/6/4	1,68	3,88	11,42	87,47	0,00
Итого			297	8,28	10,57	41,47	295,40	0,73
Обед								
2008	83	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ	180	1,47	4,80	9,38	90,69	5,29
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	12	0,10	0,01	0,21	1,62	0,62
2008	323	ГРЕЧКА ПО КУПЕЧЕСКИ	183	12,44	12,82	16,75	231,94	0,68
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,01	24,06	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,34	0,31	15,01	72,21	0,00
Итого			560	16,35	17,94	47,36	420,52	6,59
Полдник								
2012	476	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ	38	3,20	1,56	19,53	104,75	0,12
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	113	3,34	2,87	5,52	62,12	0,62
Итого			151	6,54	4,43	25,05	166,87	0,74
Ужин								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	115	7,91	7,22	3,61	111,21	0,09
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	182	0,07	0,00	6,16	24,89	0,01
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,51	0,12	9,90	46,72	0,00
Итого			317	9,49	7,34	19,67	182,82	0,10
Всего				40,66	40,28	133,55	1 065,61	8,16

Отвественный за питание _____ Седова Кристина Илларионовна

МЕНЮ

30 января 2025 г.

Сад 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	4,29	4,62	20,36	140,68	0,34
к/к	к/к	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ	154	2,30	1,95	9,69	66,11	0,39
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	29/6	2,24	5,30	15,18	117,57	0,00
Итого			339	8,83	11,87	45,23	324,36	0,73
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	13	0,10	0,01	0,21	1,63	0,63
2008	83	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ СО СМЕТАНОЙ	200	1,76	5,46	11,10	105,57	6,28
2008	323	ГРЕЧКА ПО КУПЕЧЕСКИ	183	12,42	12,85	16,73	232,11	0,67
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,10	24,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,91	0,39	18,65	89,74	0,00
Итого			640	17,19	18,71	52,79	453,46	7,58
Полдник								
2012	476	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ	37	3,16	1,51	19,40	103,63	0,12
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,23	3,65	7,00	78,75	0,78
Итого			187	7,39	5,16	26,40	182,38	0,90
Ужин								
2008		ОМЛЕТ С СЫРОМ	153	7,88	7,20	3,54	110,66	0,09
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	204	0,09	0,00	6,27	25,44	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,00	0,16	13,15	62,06	0,00
Итого			383	9,97	7,36	22,96	198,16	0,11
Всего				43,38	43,10	147,38	1 158,36	9,32

Отвественный за питание _____ Седова Кристина Илларионовна