

МЕНЮ

9 января 2025 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	2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	34/6/4	3,82	2,69	16,80	107,05	0,02
2012	416	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	4,98	5,96	39,06	229,09	0,15
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150	1,45	1,62	14,53	78,60	0,08
Итого			394	10,25	10,27	70,39	414,74	0,25
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	17	0,14	0,02	0,29	2,21	0,85
2008	83	ЩИ РЫБНЫЕ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	180	8,68	6,45	16,13	158,62	20,00
2008	323	ГРЕЧКА ПО КУПЕЧЕСКИ	198	11,63	14,61	20,59	260,02	0,81
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,73	22,93	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,48	0,33	15,86	76,30	0,00
Итого			582	22,93	21,41	58,60	520,08	21,66
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	168	4,95	4,26	8,19	92,07	0,92
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	23	1,69	2,21	16,81	94,20	0,00
Итого			191	6,64	6,47	25,00	186,27	0,92
Ужин								
2008	225	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	168/20	21,68	15,52	12,18	279,33	0,36
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	111	0,46	0,00	5,28	22,90	0,10
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,84	0,15	12,08	57,01	0,00
Итого			323	23,98	15,67	29,54	359,24	0,46
Всего				63,80	53,82	183,53	1 480,33	23,29

Отвественный за питание _____ Седова Кристина Илларионовна

МЕНЮ

9 января 2025 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		
Завтрак								
2008	2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	34/6/4	3,86	2,73	16,92	108,07	0,02
2012	416	КАША МАННАЯ НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	200	4,95	5,94	38,76	227,64	0,15
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ	150	1,42	1,61	14,21	77,15	0,08
Итого			394	10,23	10,28	69,89	412,86	0,25
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	17	0,14	0,02	0,29	2,20	0,85
2008	83	ЩИ РЫБНЫЕ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	180	8,70	6,17	16,14	156,27	20,04
2008	323	ГРЕЧКА ПО КУПЕЧЕСКИ	198	11,66	14,79	20,70	262,30	0,80
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,26	25,03	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,09	0,41	19,78	95,18	0,00
Итого			642	23,59	21,39	63,17	540,98	21,69
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	168	4,95	4,27	8,19	92,11	0,92
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	23	1,69	2,21	16,81	94,23	0,00
Итого			191	6,64	6,48	25,00	186,34	0,92
Ужин								
2008	225	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	167/20	21,64	15,31	11,87	276,18	0,37
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	157	0,05	0,00	5,65	22,76	0,01
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,47	0,20	16,22	76,57	0,00
Итого			376	24,16	15,51	33,74	375,51	0,38
Всего				64,62	53,66	191,80	1 515,69	23,24

Отвественный за питание _____ Седова Кристина Илларионовна