



МЕНЮ

24 апреля 2023 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 | | | | | | | | |
| 2010 | 31 | КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ | 205 | 5,1 | 7,8 | 22,7 | 182 | 0,6 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) | 200 | 3 | 4,3 | 25,3 | 151 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 4,4 | 4,7 | 15 | 120 | 0,8 |
| | | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 40/7/10 | 5,2 | 9,3 | 19,9 | 184 | 0,1 |
| Итого | | | 662 | 17,7 | 26,1 | 82,9 | 637 | 1,5 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 23 | 92 | 4 |
| Итого | | | 200 | 1 | 0,2 | 23 | 92 | 4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | 50 | 1,5 | 2,5 | 3 | 40 | 1,9 |
| 2017 | 18 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 200 | 6 | 2,3 | 16,4 | 110 | 6,5 |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики) | 200 | 2,4 | 3,4 | 8,2 | 73 | 8,8 |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С КАПУСТОЙ | 70 | 8,1 | 11,8 | 5,4 | 161 | 4,3 |
| 2012 | 204 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 4,9 | 4,2 | 31,1 | 182 | 0 |
| 2012 | 348 | СОУС ТОМАТНЫЙ №348 | 50 | 0,3 | 0,6 | 3 | 19 | 0,7 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 9,7 | 39 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,3 | 0,5 | 24 | 105 | 0 |
| Итого | | | 750 | 24,1 | 21,9 | 92,6 | 656 | 13,4 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 291 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ | 150 | 16,7 | 9,4 | 21,4 | 255 | 21,4 |
| 2012 | 355 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ | 50 | 0,9 | 1,8 | 3,9 | 42 | 0,9 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 4,7 | 4,9 | 14,9 | 123 | 0,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ | 40 | 3,2 | 1,2 | 23,4 | 116 | 0 |
| 2008 | | ГРУША | 160 | 0,6 | 0,5 | 16,5 | 75 | 8 |
| Итого | | | 600 | 26,1 | 17,8 | 80,1 | 611 | 31,1 |
| Всего | | | | 68,9 | 66 | 278,6 | 1996 | 50 |



МЕНЮ

24 апреля 2023 г.

ясли 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|----------------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 31 | КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 3,8 | 5,6 | 16,6 | 133 | 0,4 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) | 150 | 2,2 | 3,4 | 18,1 | 112 | 0 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,8 | 3 | 11,6 | 85 | 0,5 |
| | | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 30/6/8 | 3,5 | 7,7 | 11,8 | 131 | 0,1 |
| Итого | | | 374 | 10,1 | 16,3 | 40 | 349 | 1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| Итого | | | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | 30 | 0,9 | 1,6 | 1,8 | 24 | 1,2 |
| 2017 | 18 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 150 | 4,4 | 2,3 | 12,2 | 89 | 4,8 |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики) | 150 | 1,8 | 2,5 | 6,1 | 55 | 6,6 |
| 2008 | 272 | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С КАПУСТОЙ | 50 | 5,8 | 8,5 | 3,9 | 115 | 3,1 |
| 2012 | 204 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 110 | 4,1 | 3,5 | 26,3 | 154 | 0 |
| 2008 | 333 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) | 130 | 2,5 | 4,1 | 20,5 | 129 | 18,27 |
| 2012 | 348 | СОУС ТОМАТНЫЙ №348 | 30 | 0,2 | 0,4 | 1,7 | 12 | 0,3 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 7,3 | 29 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 19,2 | 84 | 0 |
| Итого | | | 710 | 19,8 | 19,2 | 78,5 | 562 | 16 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 291 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ | 120 | 13,2 | 7,5 | 16,8 | 202 | 17 |
| 2012 | 355 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ | 30 | 0,5 | 1,1 | 2,5 | 26 | 0,6 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 3,5 | 3,7 | 11 | 92 | 0,6 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ | 30 | 2,4 | 0,9 | 17,6 | 87 | 0 |
| 2008 | | ГРУША | 160 | 0,6 | 0,5 | 16,5 | 75 | 8 |
| Итого | | | 490 | 20,2 | 13,7 | 64,4 | 482 | 26,2 |
| Всего | | | | 51,1 | 49,4 | 202,7 | 1479 | 47,2 |