

Утверждаю



МЕНЮ

7 февраля 2023 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								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	6,4	8,1	33,6	234	0,6
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	200	1,9	4,4	18,9	122	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	14,9	123	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	3	8,9	19,9	170	0
Итого			450	14,1	21,9	68,4	527	1,4
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	180	4,9	4,5	19,8	142	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			180	4,9	4,5	19,8	142	0
Обед								
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,5	7,5	12,2	143	8,4
2017	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	14,7	8,9	1,6	145	1
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3	4,8	17	123	8
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		10	42	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			670	26,6	21,7	64,8	558	19
Уплотненный полдник								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	4,9	7,5	36,3	231	0,3
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,3	2	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
2008		ГРУША	180	0,7	0,5	18,5	85	9
Итого			605	8,7	11,9	84,9	485	9,3
Всего				54,3	60	237,9	1712	29,7



МЕНЮ

7 февраля 2023 г.

ясли 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								
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,6	5,9	25,2	173	0,4
2008	190	КАША "ДРУЖБА" С САХАРОМ (аллергики)	150	1,3	0,3	13,7	62	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13,2	110	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/8	1,8	6,9	12,5	119	0
Итого			368	10,5	17,2	50,9	402	1,1
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	160	4,3	4	17,6	126	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	200	1	0,2	19,8	86	4
Итого			160	4,3	4	17,6	126	0
Обед								
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	4	5,5	8,6	104	5,9
2017	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	11	6,7	1,2	108	0,8
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,5	4	14,5	104	6,8
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		7,5	32	1,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			518	20,2	16,6	51	432	14,7
Уплотненный полдник								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	3,8	5,5	30,2	185	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
2008		ЯБЛОКИ	160					0
2012	427	ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	90	0,5	0,2	16,6	72	0,6
Итого			590	7,4	9,6	76,8	425	0,8
Всего				42,4	47,4	196,3	1385	16,6