



МЕНЮ

11 декабря 2024 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,4	8,5	20,8	18€	0,6
2010	31	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2	4,1	17,6	11€	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,3	4,6	16,6	12€	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	4€	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/8/9	5,1	10	23,4	19€	0
Итого			457	14,8	23,1	60,8	49€	1,4
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА	200	0,2		16,6	6€	0,1
Итого			200	0,2		16,6	6€	0,1
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,2	7,7	13,7	14€	5,7
2017	82	КОТЛЕТА МЯСО-КАРТОФЕЛЬНАЯ ПО-ХЛЫНОВСКИ	70	11,2	12,8	2,8	17€	1,4
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	130	3	4	31,4	17€	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	50	0,5	2	3,1	3€	0,5
2008	411	КИСЕЛЬ	200			20,9	8€	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,3	0,5	24	10€	0
Итого			706	23,2	27	95,9	71€	7,6
Уплотненный полдник								
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	15,5	7,1	5,5	16€	10,4
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	130	2,7	6,6	20,4	15€	10,3
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1		10	4€	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	1,2	23,4	11€	0
Итого			440	21,5	14,9	59,3	47€	21,2
Всего				59,7	65	232,6	1755	30,3



МЕНЮ

11 декабря 2024 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								
2010	34	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	4	6,4	15,5	137	0,4
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,5	9,3	15,8	156	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,8	4,1	14,9	113	0,7
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180			8,2	33	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/5/6	3,6	6,3	14,6	131	0,1
Итого			371	11,4	16,8	45	381	1,2
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОСЛИВА И ИЗЮМА	150	0,2		12,6	52	0
Итого			150	0,2		12,6	52	0
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,8	5	9,9	103	3,9
2017	82	КОТЛЕТА МЯСО-КАРТОФЕЛЬНАЯ ПО-ХЛЫНОВСКИ	50	8,2	9,1	2	123	1
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,5	3,4	26,9	148	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (2010)	30	0,3	1,2	1,9	19	0,2
2008	411	КИСЕЛЬ	150			15,8	63	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			535	17,4	19,1	75,7	540	5,1
Уплотненный полдник								
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	10,3	4,8	3,7	111	7
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	110	2,2	6,3	17,2	136	8,7
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1		7,5	31	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,9	17,6	87	0
2008		ЯБЛОКО	133	0,5	0,5	12,7	61	5,3
Итого			473	15,5	12,5	58,7	426	21,4
Всего				44,5	48,4	192	1399	27,7