



МЕНЮ

13 ноября 2024 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6,3	17	143	0,4
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	5	9,4	26	207	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,4	13	108	0,7
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150			9,8	39	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/10/5	3,4	10,3	14,7	164	0
Итого			375	11,9	21	44,7	415	1,1
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,1		8,8	35	0,3
Итого			150	0,1		8,8	35	0,3
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,4	4,3	9	92	3,9
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	50	7,3	12,5	3,4	156	0,5
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,5	5,1	8,4	92	23,4
2008	411	КИСЕЛЬ	150			15,2	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			508	15,8	22,3	55,2	485	27,8
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/25	4,5	7,2	32,1	218	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
Итого			335	6,6	8,1	57,9	336	0,2
Всего				34,4	51,4	166,6	1271	29,4

Утверждаю



Заведующий
ИДООУ №23 "Ромашка"
/Уварова Ю.В./

МЕНЮ
13 ноября 2024 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6,3	17	143	0,4
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	5	9,4	26	207	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	4,4	13	108	0,7
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150			9,8	39	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/10/5	3,4	10,3	14,7	164	0
Итого			375	11,9	21	44,7	415	1,1
II Завтрак								
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,1		8,8	35	0,3
Итого			150	0,1		8,8	35	0,3
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	3,4	4,3	9	92	3,9
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	50	7,3	12,5	3,4	156	0,5
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,5	5,1	8,4	92	23,4
2008	411	КИСЕЛЬ	150			15,2	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			508	15,8	22,3	55,2	485	27,8
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/25	4,5	7,2	32,1	218	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
Итого			335	6,6	8,1	57,9	336	0,2
Всего				34,4	51,4	166,6	1271	29,4