



МЕНЮ

15 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,4	8,2	23,5	193	0,6
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	6	5,4	37,2	221	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	14,6	122	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,1		9,9	40	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	41/5/9	5,1	7,9	20,3	172	0,1
Итого			455	16,2	21	58,4	487	1,5
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		7,9	33	1,3
Итого			200	0,1		7,9	33	1,3
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК ПО- ДОМАШНЕМУ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	210/10	5,3	7,4	14,5	151	5,9
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	70	10,1	17,3	4,5	213	0,7
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,2	4,5	11,3	100	29,7
2008	411	КИСЕЛЬ	200			22,3	89	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	24	105	0
Итого			680	21,9	29,7	76,6	658	36,3
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/35	5,8	8,2	37,8	253	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	2	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
2008		/ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	130	0,5	0,5	12,3	59	5,2
Итого			535	8,4	9,6	75,9	431	5,4
Всего				46,6	60,3	218,8	1609	44,5



МЕНЮ

15 мая 2024 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	5,7	17	139	0,4
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4,5	3,8	24,1	149	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13	110	0,7
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150			6,6	26	0
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/3/8	3	4,6	10,9	98	0,1
Итого			371	11,6	14,7	40,9	347	1,2
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		6,2	26	1
Итого			150	0,1		6,2	26	1
Обед								
2017	10	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/8	3,9	5,2	10,7	108	4,3
2017	85	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО ДЕРЕВЕНСКИ	50	7,2	12,2	3,1	152	0,5
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,5	3,3	8,8	77	23,4
2008	411	КИСЕЛЬ	150			16,7	67	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			518	16,2	21,1	58,5	488	28,2
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110/25	3,9	5	25,2	164	0,2
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МЯСОМ (аллергики)	180	8,1	8,5	21	193	0
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,2	1	0
2008		ПРЯНИК	30	2	0,9	25,6	117	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,5	46	4
Итого			415	6,4	6,3	60,5	328	4,2
Всего				34,3	42,1	166,1	1189	34,6