



МЕНЮ

26 сентября 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,6	5,9	24,9	172	0,4
2008	190	КАША "ДРУЖБА" С САХАРОМ (аллергики)	150	1,8	0,4	17,5	80	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,5	13,3	111	0,7
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,8	4,5	12,4	97	0
Итого			366	10,5	14,9	50,6	380	1,1
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	181	4,8	4,5	19,7	142	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА (аллергики)	180	0,3	0,1	11,7	50	46,8
Итого			361	5,1	4,6	31,4	192	46,8
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	21	0,2		0,5	3	2,1
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/8	4	5,9	8,6	107	6
2017	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	9,1	5,6	1	92	0,6
2017	80	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ аллергия	40/40	11,3	11,8	2,7	163	0,5
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,5	4	14,5	104	6,8
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		7,7	32	1,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,6	0,4	19,2	84	0
Итого			525	18,5	15,9	51,5	422	16,7
Уплотненный полдник								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	3,9	4,8	30,9	182	0,2
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,6	82	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ЗЕЛЕНОЕ	126	0,5	0,5	12	58	5
Итого			446	6	7,2	57,6	323	5,2
Всего				40,1	42,6	191,1	1317	69,8

Утверждаю



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

МЕНЮ

26 сентября 2023 г.

Сад 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	6,3	8,1	33,1	231	0,6
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	200	1,8	4,4	18,8	122	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	4,9	14,9	123	0,8
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	2,9	7,2	19,9	155	0
Итого			450	13,9	20,2	67,9	509	1,4
II Завтрак								
		СНЕЖОК 2,5%	181	4,8	4,5	19,7	142	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА (аллергики)	180	0,3	0,1	11,7	50	46,8
Итого			181	4,8	4,5	19,7	142	0
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	21	0,2		0,5	3	2,1
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	5,5	7,6	12,2	145	8,5
2017	71	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	14,8	7,6	1,7	134	1,1
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,2	4,8	19,2	133	9,1
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		10	42	1,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,3	0,5	24	105	0
Итого			686	27,1	20,5	67,6	562	22,4
Уплотненный полдник								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/35	4,4	5,6	31,7	193	0,3
2012	391	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,1	1	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,6	82	0
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ЗЕЛЕНОЕ	126	0,5	0,5	12	58	5
Итого			531	6,5	8	58,4	334	5,3
Всего				52,3	53,2	213,6	1547	29,1