

МЕНЮ

05 декабря 2022 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	16	69	1,82
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,2	8,3	35	226	0,5
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	205	6	1,6	29,4	156	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,1		11,8	48	0
Итого			415	11,4	12,8	63,7	379	2,82
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180			21,6	86	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,2		13,3	54	0
Итого			180			21,6	86	0
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	2
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,6	4,5	20	147	3,1
2008		СУП РИСОВЫЙ (аллергики)	200	0,9	0,1	9,2	42	0,3
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,5	16,1	7,9	161	0,2
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	70	9,6	8,2		113	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,8	0,1	8,5	75	8,5
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	150	2,1	0,1	10,4	52	9,8
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	22,7	105	1,1
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			700	18	21,8	83,9	612	14,9
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,5	12,6	10,2	104	0
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	80	12,1	10,5		143	0
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,9	2,5	19,6	99	9,2
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,8	0,6	23,1	109	11,7
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,8	7,1	24,8	103	0
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,5	2	3,5	154	3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,2		13,3	54	0
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			565	29,2	26,9	73,2	568	12,5
Всего				58,6	61,5	242,4	1645	30,22

МЕНЮ

05 декабря 2022 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68	1,8
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,4	4,7	13,7	142	0,4
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	155	2	0,5	12,3	62	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,1		13,1	53	0
Итого			365	7,6	9,2	42,2	294	2,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150			16,5	68	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	155	0,1		9,9	40	0
Итого			150			16,5	68	0
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	1,6
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	150/10	2	3,5	13,8	94	2,8
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	150/15	6,2	4,3	11,6	108	5,7
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,4	12,1	5,9	121	0,2
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	60	8,1	10,2		124	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,7	0,1	7,8	69	7,9
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	110	2,7	0,4	28,7	129	0
		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	18,9	88	0,9
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			560	12,6	16,4	61,5	448	13,4
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,9	6,7	9	205	0
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	60	8,1	10,2		124	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,3	3,9	15,6	107	7,2
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	120	2,3	0,5	18,8	89	9,5
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0,8
Итого			365	13,3	11,2	45,7	410	8
Всего				33,5	36,8	165,9	1220	24,1

МЕНЮ

05 декабря 2022 г.

Логопедия 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	16	69	1,82
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,3	6,1	25,6	178	0,37
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,8	0,5	13,2	64	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	205	0,1		14,8	59	0
Итого			360	9,5	10,6	54,3	331	2,69
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180			18	72	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	205	0,1		14,8	59	0
Итого			180			18	72	0
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	2
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/15	2,7	4,7	19,7	132	3,7
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,9	0,4	15,7	74	7,8
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,5	16,1	7,9	161	0,2
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	80	10,7	13,9		167	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,9	4,9	12,1	108	8,5
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	155	3,8	0,6	39,5	178	0
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	22,7	105	1,1
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			705	18,2	26,8	87,2	630	15,5
Полдник								
	ТК № 018	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	5	43,2	185	0
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	205	0,2		15	60	0
	ТК № 005	ЙОГУРТ В ИНД. УПАК.	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			343	6,7	7,5	56,2	278	1,4
Всего				34,4	44,9	215,7	1311	19,59

МЕНЮ

05 декабря 2022 г.

Ясли утро 4 часа

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68	1,8
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,4	4,7	13,7	142	0,4
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2	0,5	12,3	62	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,2		13,3	54	0
Итого			365	7,6	9,2	42,2	294	2,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150			16,5	68	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	155	0,1		9,9	40	0
Итого			150			16,5	68	0
Всего				7,6	9,2	58,7	362	2,7

МЕНЮ

05 декабря 2022 г.

Ясли вечер 4 часа

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,9	6,7	9	205	0
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	60	8,1	11,9		139	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,3	4	15,8	108	7,27
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	120	2,3	0,5	18,8	89	9,5
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0,8
Итого			365	13,3	11,3	45,9	411	8,07
Всего				13,3	11,3	45,9	411	8,07