

МЕНЮ

07 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6	8	27	203	0,5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2	0,3	25,2	111	0
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,1		11,8	48	0
Итого			415	12,6	17,7	50,6	349	1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180			21,6	77	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,1		13,1	53	0
Итого			180			21,6	77	0
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	2
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ	200/10/5	6	4,4	16	160	6,6
2008		СУП РИСОВЫЙ (аллергики)	200	0,9	0,1	9,2	42	0,3
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С	80	17,9	7,8	7,2	173	12,9
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (аллергики)	90	18,1	3,6	3	139	14,6
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,9	6,7	15,5	141	10,5
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ (аллергики)	150	2,1	2,8	12,3	83	12,2
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			18	68	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,1		13,1	53	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			730	31,1	19,9	83,6	676	32
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,7	9	16,1	221	0,2
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,8	0,3	22,6	100	0
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,3	6,5	39	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	199	6	4	9,8	99	1,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,1		11,8	48	0
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,4	7,1	28,8	132	0
Итого			509	29,8	22,6	68,7	529	16,6
Всего				73,5	60,2	224,5	1631	49,6

МЕНЮ

07 декабря 2022 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	7	10,1	70	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,2	5,6	18,7	142	0,4
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	155	1,8	0,5	13,1	64	0
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	1,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,1		12,3	50	0
Итого			365	10,8	14,4	42,4	289	2,1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150			16,5	68	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		9,9	40	0
Итого			150			16,5	68	0
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	1,6
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,5	3,3	11,9	96	6,4
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	150	1,6	0,3	11,7	56	5,8
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С	50	11,2	4,9	4,5	108	8,2
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,5	6,7	13,1	130	9,2
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,4	2,2	38,4	207	0
		КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	150			15	57	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			600	21,7	15,7	66,4	500	25,4
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	14,2	7,3	12,9	177	0,16
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	95	2,4	0,4	25,1	113	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	3	7,3	74	0,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	155	0,1		9,9	40	0
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	99	0,4	0,4	9,7	47	9,9
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,7	6	24,5	153	0
Итого			380	23,1	16,5	52,2	442	16,16
Всего				55,6	46,6	177,5	1299	43,66

МЕНЮ

07 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	205	6,1	8,2	27,4	208	0,5
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,4	0,7	15,9	79	0
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,1		12,3	50	0
Итого			415	12,7	17,9	51	354	1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	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	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	6	4,4	16	160	6,6
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,9	0,4	15,7	74	7,8
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17,9	7,8	7,2	173	12,9
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,5	6,6	13,3	129	9,2
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,4	2,2	38,4	207	0
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			18	68	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	155	0,1		10	40	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			720	30	19,6	76,7	640	30,7
Полдник								
	ТК№019	ПРЯНИКИ	60	3,6	2,8	45	148	0
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	101	0,4	0,4	9,9	48	10,1
	ТК №005	ЙОГУРТ В ИНД. УПАК.	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			446	7,2	5,5	65,4	277	15,5
Всего				49,9	43	211,1	1343	47,2

МЕНЮ

07 декабря 2022 г.

Ясли утро 4 часа

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	7	10,1	70	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,2	5,6	18,7	142	0,4
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2	0,5	12,3	62	0
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	1,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,2		13,3	54	0
Итого			365	10,8	14,4	42,4	289	2,1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150			16,5	68	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	155	0,1		10	40	0
Итого			150			16,5	68	0
Всего				10,8	14,4	58,9	357	2,1

МЕНЮ

07 декабря 2022 г.

Ясли вечер 4 часа

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		
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	85	14,8	7,6	13,4	184	0,17
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	95	2,4	0,4	25,1	113	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	149	4,4	3	7,3	74	0,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		9,9	40	0
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	101	0,4	0,4	9,9	48	10,1
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	3,8	6,3	25,4	159	0
Итого			389	23,8	17,1	53,6	455	16,17
Всего				23,8	17,1	53,6	455	16,17