

МЕНЮ

09 декабря 2022 г.

Сад 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,9	2,8	21,1	91	2,4
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	6,8	27,9	232	0,5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2	0,3	25,6	113	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
Итого			431	7	9,6	57,4	357	2,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180			21,6	86	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,1		13,1	53	0
Итого			180			21,6	86	0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	4	46	1,9
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,7	7,5	13,1	121	5,3
2008	107	СУП РИСОВЫЙ (аллергики)	200	1,6	0,2	15,5	70	0,5
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,4	4	9,3	135	0,5
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	70	9,3	11,9		144	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4	3,4	19,4	122	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,6	0,2	18,7	83	0
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,1	0,1	21,7	88	0,7
	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			715	24,6	18,9	91	629	8,4
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	1,6
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,5	16,5	16,9	216	8,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики)	150	16	16,5	13,5	267	7,6
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		25	102	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,1		11,8	48	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,8	7,1	24,8	169	0
Итого			450	24	23,8	80,4	554	10,5
Всего				55,6	52,3	250,4	1626	21,8

МЕНЮ

09 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154	0,4
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	155	1,6	0,2	18,6	82	0
		ЧАЙ С САХАРОМ	185			8,4	34	0,96
Итого			370	7	10,2	36,3	250	1,36
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								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	37	0,1
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,3	5,6	9,8	97	4
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	150	1,6	0,3	11,7	56	5,8
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,4	5,2	1,9	96	0,41
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	60	8,1	9,3		116	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,2	2,7	15,5	97	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	7,4	1,9	33,3	179	0
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	18,1	74	0,6
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,7	52	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			575	21,4	16,6	66,9	492	5,11
Полдник								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	1,6
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14	13,2	13,5	144	6,9
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3		20,8	85	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,9	7,2	25,3	167	0
Итого			375	19,5	20,5	67	433	8,5
Всего				47,9	47,3	186,7	1243	14,97

МЕНЮ

09 декабря 2022 г.

Логопедия 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	4,3	5,5	9,3	83	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	8,1	27,9	225	0,5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2	0,3	26,4	116	0
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
Итого			431	9,4	13,6	45,6	342	0,5
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								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	4	46	1,9
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,7	7,5	13,1	154	5,3
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,9	0,4	15,7	74	7,8
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,4	4	9,3	135	0,5
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	80	10,6	13,8		166	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4	3,4	19,4	122	0
	047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,1	0,1	21,7	88	0,7
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,4	2,2	38,4	207	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			705	23,9	18,8	86,8	642	8,4
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	3,3	0,3	8	62	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	155	0,1		9,9	40	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	5,1	3	37,6	223	0
Итого			270	8,4	3,3	45,6	285	0,6
Всего				41,7	35,7	196	1341	9,5

МЕНЮ

09 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154	0,4
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	155	1,6	0,2	20	88	0
		ЧАЙ С САХАРОМ	185			8,4	34	0,96
Итого			370	7	10,2	36,3	250	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	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
Всего				7	10,2	52,8	318	1,36

МЕНЮ

09 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								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	1,6
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14	13,2	13,5	144	6,9
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,3		20,8	85	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,1		9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	55	4,1	7,7	26,8	177	0
Итого			380	19,7	21	68,5	443	8,5
Всего				19,7	21	68,5	443	8,5