



МЕНЮ
3 мая 2024 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								
2008	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2009	50	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,34	6,40	16,73	142,42	0,40
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ.	150	3,46	3,49	18,31	119,37	0,56
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			335	7,83	14,02	35,08	299,19	0,96
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
	125	ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	325	0,73	0,24	23,04	99,43	0,80
Итого			325	1,73	0,44	43,24	185,43	4,80
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,71	3,97	4,87	70,39	5,67
2010	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	14,94	4,24	2,35	106,93	0,38
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,88	4,69	17,86	125,50	8,49
2017	112	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			518	21,53	12,90	25,08	302,82	14,54
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,06	0,00	8,84	35,60	0,01
Итого			174	0,06	0,00	8,84	35,60	0,01
Ужин								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,74	15,83	2,12	202,13	0,16
к/к		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	30	0,89	0,06	1,86	11,48	1,18
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,06	0,00	11,75	47,21	0,01
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			330	13,69	15,89	15,73	260,82	1,35
Всего				44,84	43,25	127,97	1 083,86	21,88

Ст. Медицинская сестра *Масляева В.А.* Масляева В.А.



МЕНЮ
3 мая 2024 г.

Сад 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								
2008	14	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7	0,04	5,78	0,06	52,36	0,00
2009	50	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	5,79	8,50	22,35	189,76	0,53
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ.	200	4,62	4,66	24,42	159,15	0,78
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			447	10,45	18,94	46,83	401,27	1,31
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Итого			200	1,00	0,20	20,20	86,00	4,00
Обед								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	4,97	5,30	6,50	93,84	7,57
2010	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	14,94	4,24	2,32	106,90	0,38
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,56	5,71	22,07	154,62	10,49
2017	112	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			658	23,47	15,25	30,89	355,36	18,44
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,01	0,00	15,51	62,03	0,00
Итого			224	0,01	0,00	15,51	62,03	0,00
Ужин								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	13,76	17,10	2,31	218,42	0,16
к/к		ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	60	1,79	0,12	3,78	23,16	2,39
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,08	0,00	15,65	62,88	0,02
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			430	15,63	17,22	21,72	304,46	2,59
Всего				50,56	51,61	135,15	1 209,12	26,34

Ст. Медицинская сестра *Масляева В.А.* Масляева В.А.