



МЕНЮ

5 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г		
Завтрак							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3	38	0,3
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	5	3,9		35	0
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ.	150	4,2	16,7	141	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,8	4	120	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	279	0
Итого			345	12,6	17,8	49	613
II Завтрак							
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96
Итого			100	1,5	0,5	21	96
Обед							
2017	15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И КЛЕЦКАМИ	150	5,5	5,8	13,5	128
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	12,3	3,9	4,8	103
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.	120	2,6	4,3	14,9	109
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ.	150		8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39				0
Итого			528	20,4	14	41,9	375
Полдник							
		ПЕЧЕНЬЕ РАЗНОЕ-ПРЯНИКИ	20				0
2017	112	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	150			4,9	20
Итого			170			4,9	20
Ужин							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	120/30	19,1	14,5	19,7	292
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30
Итого			300	19,2	14,5	27,1	322
Всего				53,7	46,8	143,9	1426

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



МЕНЮ

5 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г		
Завтрак							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3	38	0,3
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	7	5,4	0,1	49	0
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200	5,5	22,1	186	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,8	5	22,6	0,8
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3	371
Итого			457	15,7	22,5	65,1	799
II Завтрак							
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96
Итого			100	1,5	0,5	21	96
Обед							
2017	15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И КЛЕЦКАМИ	200	7,1	7,8	18,1	171
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	12,3	3,9	4,8	103
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.	150	3,5	5,4	20,9	147
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ.	200		11,6	47	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48				0
Итого			668	22,9	17,1	55,4	468
Полдник							
		ПЕЧЕНЬЕ РАЗНОЕ-ПРЯНИКИ	20				0
2017	112	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200			6,6	26
Итого			220			6,6	26
Ужин							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	150/30	23,1	17,6	23,5	360
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
Итого			380	23,2	17,6	33,4	380
Всего				63,3	57,7	181,5	1779

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