



МЕНЮ
7 сентября 2023 г.
Сад 12 часов

МЕНЮ
7 сентября 2023 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		
Завтрак							
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7	5,6	0,1	51	0
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	3,9	33,6	195	0,6
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ МОЛОКОМ	200	3,3	20,6	125	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	37,1	0
Итого			447	12,3	13,6	742	1,2
II Завтрак							
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	10
Обед							
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,4	6,6	112	7,2
2017	5	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОШКОМ ЗЕЛЕНЬЮ	50	0,9	5	68	2,8
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,1	14,1	196	1,8
2008	181	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,5	6,9	38,8	25,1
2010	93	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	200		28,2	113	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ	48				0
Итого			718	25,9	32,6	84,9	11,8
Полдник							
		ПРЯНИКИ	30				0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	13,1	53	0
Итого			230	0,1	13,1	53	0
Ужин							
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,4	6,9	20,5	171
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	15,7	63	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40				0
Итого			440	6,5	6,9	36,2	234
Всего				45,2	53,5	218,6	23,9

Ст. Медицинская сестра  Масляева В.А.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г		
Завтрак							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3	37	0,3
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5		4	36	0
2010	38	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,6	2,9	25,1	0,4
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ МОЛОКОМ	150	2,3	2,4	15,3	0,4
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	27,9	0
Итого			345	11,5	12,9	55,7	1,1
II Завтрак							
2008		ГРУША	100				0
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	125	0,8	0,3	23,1	0,8
Итого			225	0,8	0,3	23,1	0,8
Обед							
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	4,1	5	84	5,2
2017	5	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОШКОМ ЗЕЛЕНЬЮ	30	0,5	3	41	1,6
2010	55	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,3	12,2	168	1,5
2008	181	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,8	5,5	31	20,1
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ, ИЗЮМА И ЧЕРНОСЛИВА	150	0,6	0,2	103	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38				0
Итого			548	21,3	25,9	68,8	8,5
Полдник							
		ПРЯНИКИ	30				0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1	11,7	47	0
Итого			180	0,1	11,7	47	0
Ужин							
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,8	5,3	15,4	129
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1	11,7	47	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				0
Итого			330	4,9	5,3	27,1	176
Всего				38,6	44,4	186,4	151,1

Ст. Медицинская сестра  Масляева В.А.