



МЕНЮ
20 марта 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,37	3,04	0,00	37,54	0,26
2010	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,13	5,30	6,35	82,18	0,39
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ МОЛОКОМ.	150	2,30	2,46	15,37	93,41	0,42
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,24	0,60	15,26	279,02	0,00
Итого			345	9,07	15,41	37,02	528,43	1,09
II Завтрак								
		КИВИ	90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,45	1,65	9,10	57,07	0,37
к/к		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,75	4,18	2,99
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	60	1,07	13,93	5,01	155,21	1,03
2008	181	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,83	5,54	31,00	201,13	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,37	0,08	20,35	84,25	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			548	9,96	21,23	66,21	501,64	4,39
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	150	7,50	4,80	12,75	130,50	0,90
Итого			150	7,50	4,80	12,75	130,50	0,90
Ужин								
2010	26	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	120	3,06	6,69	20,32	153,91	8,22
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.	30	0,11	0,58	1,15	10,24	0,07
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,00	9,80	39,39	0,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			330	3,23	7,27	31,27	203,54	8,30
Всего				29,76	48,71	147,25	1 364,31	14,68

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



МЕНЮ
20 марта 2024 г.
Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,37	3,04	0,00	37,54	0,26
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	2,84	7,26	8,47	111,41	0,52
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ МОЛОКОМ	200	3,05	3,29	20,48	124,57	0,57
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,98	0,80	20,30	371,10	0,00
Итого			450	11,25	14,39	49,25	644,62	1,37
II Завтрак								
		КИВИ	90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2010	13	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	1,95	2,17	12,21	75,29	0,57
к/к		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,75	4,19	2,99
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	70	1,24	16,27	5,82	181,08	1,18
2010	74	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,42	5,20	32,78	210,72	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	200	0,49	0,11	27,09	112,18	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			678	11,34	23,78	78,65	584,46	4,74
Полдник								
2008		ЙОГУРТ	200	10,00	6,40	17,00	174,00	1,20
Итого			200	10,00	6,40	17,00	174,00	1,20
Ужин								
2010	26	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	150	3,81	8,36	25,42	192,34	10,27
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ.	30	0,10	0,57	1,12	10,07	0,07
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,08	0,00	13,04	52,46	0,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			420	3,99	8,93	39,58	254,87	10,36
Всего				36,58	53,50	184,48	1 657,95	17,67

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