

МЕНЮ
1 августа 2023 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3		38	0,3
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,5	8,3	22,1	196	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛКОМ	200	4,8	5	22,6	155	0,8
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3	371	0
Итого			450	16,7	17,1	65	750	1,7
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
2017	15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И КЛЕЦКАМИ	200	7,1	7,7	18,1	170	3,5
2010	1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	0,5	5	1,9	54	3,6
2010	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	15	4,3	2,6	108	0,4
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,2	5,3	18,5	136	6,6
2017	112	НАПИТОК ЧЕРНИЧНЫЙ	200			8,7	35	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48					0
Итого			708	25,8	22,3	49,8	503	16,1
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ РАЗНОЕ-ПРЯНИКИ	20					0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		13,1	53	0
Итого			220	0,1		13,1	53	0
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/030	5,3	7,6	36,5	234	0,2
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,1		0,2	1	0
Итого			380	5,4	7,6	36,7	235	0,2
Всего				48,5	47,5	185,6	1637	28

Ст. Медицинская сестра _____ Маслова В.А.

МЕНЮ
1 августа 2023 г.
Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3		38	0,3
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	6,3	16,7	141	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛКОМ	150	3,8	4	17	120	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
Итого			340	12,6	13,9	49	578	1,4
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
2017	15	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И КЛЕЦКАМИ	150	5,4	5,8	13,5	127	2,6
2010	1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	30	0,3	2,9	1,1	33	2,1
2010	49	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	15	4,3	2,6	108	0,4
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,6	4,3	14,9	109	6,9
2017	112	НАПИТОК ЧЕРНИЧНЫЙ	150			6,6	26	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			548	23,3	17,3	38,7	403	12
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ РАЗНОЕ-ПРЯНИКИ	20					0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		9,8	39	0
Итого			170	0,1		9,8	39	0
Ужин								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/025	4,3	6,2	30,1	193	0,2
2008	430	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
Итого			296	4,4	6,2	30,2	194	0,2
Всего				41,9	37,9	148,7	1310	23,6

Ст. Медицинская сестра _____ Маслова В.А.