

МЕНЮ
7 августа 2023 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	7		5,6	0,1	51	0
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,7	7,8	27,3	199	0,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		14,2	57	0
2008	3	ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			447	4,8	13,4	41,6	307	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	8,4	5,7	13,8	141	3,1
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	50	1,4	0,1	2,9	18	1,9
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	9,3	10,6	4,5	150	0,4
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,5	1,2	3,2	26	0,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,3	5,5	32,8	210	0
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48					0
Итого			748	26,9	23,1	66,9	584	5,7
Полдник								
2010	114	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ	70	4,4	5,2	35,4	208	1,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		15,7	63	0
Итого			270	4,5	5,2	51,1	271	1,6
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2		0,5	3	2
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	200	3,3	8,7	25,4	194	12,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		15,7	63	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					0
Итого			460	3,6	8,7	41,6	260	14,5
Всего				40,8	50,5	221,4	1508	26,4

Ст. Медицинская сестра _____ Масляева В.А.

МЕНЮ
7 августа 2023 г.
Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5		4		36	0
2010	33	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	5,7	20,5	148	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		10,6	43	0
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
Итого			335	5,9	10,3	46,4	506	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,2	86	4
Итого			200	1	0,2	20,2	86	4
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	7,9	5,7	10,3	124	2,3
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	30	0,9	0,1	1,7	11	1,1
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8	9	3,9	129	0,4
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,5	1,2	3,2	26	0,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,7	5	30,3	193	0
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150			14,6	58	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			596	24	21	64	541	4,1
Полдник								
2010	114	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ	70	4,4	5,2	35,4	208	1,6
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		11,7	47	0
Итого			220	4,5	5,2	47,1	255	1,6
Ужин								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2		0,5	3	2
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	150	2,4	6,4	19,1	145	9,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		11,7	47	0
2008	3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					0
Итого			350	2,7	6,4	31,3	195	11,4
Всего				38,1	43,1	209	1583	21,6

Ст. Медицинская сестра _____ Масляева В.А.