



МЕНЮ
28 декабря 2022 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								
2010	40	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,5	6	17,2	143	0,4
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	3		2,3		22	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3		38	0,3
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,4	3,5	18,3	119	0,6
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,6	15,3	279	0
Итого			343	12,6	15,4	60,8	601	1,3
II Завтрак								
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	150	0,4	0,1	10,6	51	45,9
Итого			150	0,4	0,1	10,6	51	45,9
Обед								
2008	108	СУП РИСОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.	150	3,4	3,7	9,3	85	0,4
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	50	6,8	8,3	3,9	118	0,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ.	65	1,5	2,2	6,3	52	13,9
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	65	1,3	2,2	7	52	3,2
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	150			7,3	29	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38					0
Итого			618	13	16,4	33,8	336	17,8
Полдник								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	150	0,1		10,6	42	0
Итого			150	0,1		10,6	42	0
Ужин								
2017	118	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ.	120/30	9,9	9,2	70,8	406	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА.	150	0,1		0,1	1	0
Итого			300	10	9,2	70,9	407	0,5
Всего				36	41,1	176,7	1437	65,6

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



МЕНЮ
28 декабря 2022 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	2,4	3		38	0,3
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(ПОРЦИЯМИ).	7		5,6	0,1	51	0
2010	40	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.	200	6,1	8,2	23,1	191	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,4	4,7	22,9	162	0,8
2008	1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,8	20,3	371	0
Итого			467	15,9	22,3	66,4	803	1,7
II Завтрак								
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	150	0,4	0,1	10,6	51	45,9
Итого			150	0,4	0,1	10,6	51	45,9
Обед								
2008	108	СУП РИСОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ.	200	4	4,4	12,6	107	0,6
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	60	8,1	9,7	4,6	137	0,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ.	75	1,8	2,5	7,4	60	15,9
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.	75	1,5	2,4	8	60	3,7
2008	2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С.	200			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48					0
Итого			658	16,4	19	42,3	403	20,6
Полдник								
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,1		14,2	57	0
Итого			200	0,1		14,2	57	0
Ужин								
2017	118	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ.	130/30	10,5	9,8	75,6	433	0,5
	к/к	ЧАЙ БЕЗ САХАРА.	200	0,1		0,2	1	0
Итого			360	10,6	9,8	75,8	434	0,6
Всего				42,4	51,2	209,3	1748	68,6

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