



МЕНЮ
7 февраля 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*сахар песок, вода питьевая, *крупа рисовая, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	3,61	2,70	20,71	122,19	0,42
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,71	0,06	51,76	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,01	0,25	12,34	59,80	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	13	2,91	3,70	0,00	45,66	0,04
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	3,08	3,16	12,09	90,08	0,48
Итого			345	11,64	15,52	45,20	369,49	0,94
II Завтрак								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности)	160	4,50	4,97	7,29	93,12	0,63
Итого			160	4,50	4,97	7,29	93,12	0,83
Обед								
2012	76	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (*картофель, *крупа перловая, *морковь, *лук репчатый, *огурцы соленые, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *соль йодированная, * сметана 15% жирности)	150	1,52	4,30	10,16	85,73	4,03
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*говяжья печень, *мука пшеничная высш.сорт, *масло подсолнечное рафинированное, *соль йодированная, вода питьевая, *томатная паста, * сметана 15% жирности, *лук репчатый)	60/70	17,95	13,24	5,77	235,16	14,27
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (вода питьевая, *крупа гречневая ядрица, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная)	110	6,20	4,69	28,01	178,87	0,00
2012	54	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (*свекла, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *сахар песок, *томатная паста)	20	0,54	1,02	2,91	23,30	1,79
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,33	0,31	14,89	71,65	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	150	0,07	0,07	19,15	77,99	0,75
Итого			595	28,61	23,63	80,89	672,70	20,84
Упполдник								
2008	309	* РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (*масло подсолнечное рафинированное, *картофель, *морковь, *томатная паста, *лук репчатый, *мука пшеничная высш.сорт, *куриная грудка филе)	175	10,11	14,44	15,21	231,50	7,44
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар песок)	150	0,06	0,00	8,07	32,50	0,01
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			345	11,77	14,64	33,10	311,60	7,45
Всего				56,52	58,76	166,48	1 446,91	30,16

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.



МЕНЮ
7 февраля 2024 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*крупа рисовая, *соль йодированная, *сахар песок, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,33	3,24	24,68	145,96	0,50
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,80	0,06	52,56	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	15	3,38	4,30	0,00	52,96	0,04
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	3,67	3,77	14,60	108,35	0,57
Итого			412	13,82	17,41	54,07	431,23	1,11
II Завтрак								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
Итого			180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
Обед								
2012	76	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (*картофель, *крупа перловая, *морковь, *лук репчатый, *огурцы соленые, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *соль йодированная, * сметана 15% жирности)	200/10	2,02	5,60	13,47	112,94	5,37
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*соль йодированная, *говяжья печень, *мука пшеничная высш.сорт, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *томатная паста, * сметана 15% жирности, *лук репчатый)	70/70	19,29	14,36	6,18	253,69	15,36
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая ядрица, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, вода питьевая)	130	7,32	5,59	33,14	211,88	0,00
2012	54	* ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (*свекла, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *сахар песок, *томатная паста)	35	0,94	1,70	5,07	39,89	3,09
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	45	2,98	0,40	19,09	91,87	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	180	0,09	0,09	23,07	93,93	0,90
Итого			740	32,64	27,74	100,02	804,20	24,72
Упполдник								
2008	309	* РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (*масло подсолнечное рафинированное, *картофель, *морковь, *томатная паста, *лук репчатый, *мука пшеничная высш.сорт, *куриная грудка филе)	200	11,56	16,39	17,35	263,65	8,50
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (*чай , вода питьевая, *сахар песок)	180	0,07	0,00	9,83	39,56	0,02
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,30	59,61	0,00
Итого			405	13,63	16,64	39,48	362,82	8,52
Всего				65,15	67,38	201,78	1 703,01	35,29

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.