



МЕНЮ

02 декабря 2024 г

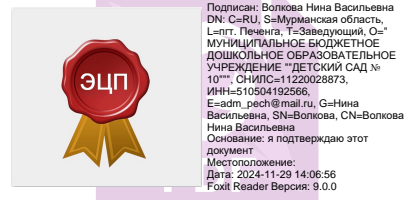
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая	Вита-мин
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,4	3,2	13	134.3	0,4
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	170	1,4	1,5	10,5	62.9	0,1
2008	377	ПРЯНИКИ	30	1,2	0,9	15	82.5	0
Итого			350	6	5,6	38,5	279.7	0,5
II Завтрак								
2008	386	ФРУКТ	100	0,4	0,3	10,3	70	5
Итого			100	0,4	0,3	10,3	70	5
Обед								
2008	53	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	35	0,3	5,3	1,1	57	7,5
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ	150	4,8	6,1	8,1	108.7	7,4
2012	279	СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА С РИСОМ	100	15,1	15,2	13	180.5	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ЧЕРНОСЛИВОМ	150	0,7	0,1	19,2	62.1	0,3
2008	123	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			475	23,5	27,1	58,4	490.5	15,2
Полдник								
2012	399	СОК	150	0,8	0,2	14,7	63	1,2
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,8	1	30	147	0,1
Итого			200	5,6	1,2	44,7	210	1,3
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	4	11,9	20,5	213	24,4
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2		10,1	42	1,1
2008	122	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			400	7,3	12,1	50,7	345	25,5
Всего				42,8	46,3	202,6	1400.2	47,5

МЕНЮ

02 декабря 2024г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,4	4,3	16,8	180	0,53
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	2,6	3,7	10,8	95	0,1
2008	377	ПРЯНИК	30	3,9	4	24,4	85	0
Итого			430	10,9	12,0	52,0	360,5	0,63
II Завтрак								
2008	386	ФРУКТ	100	2,7	3	13	90	4
Итого			100	2,7	3	13	90	4
Обед								
2008	20	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,1	3,8	3,5	87,3	3,2
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ	200	3,0	4,2	20,9	128,1	8,5
2012	279	СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА С РИСОМ	150	12	12,5	22,8	247	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ЧЕРНОСЛИВОМ	180	0,6	0,1	22,5	71,1	0,37
2008	123	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			640	18,9	21,0	90,9	635,6	12,07
Полдник								
2012	399	СОК	200	1	1,9	18,2	122	0
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	7,4	7	21,1	147	0,1
Итого			250	8,4	8,9	39,3	269	0,1
Ужин								
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	210	7,8	14,4	25,4	282,2	23,75
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	2,0	0,3	15,6	52,6	1,38
2008	122	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115	0
Итого			460	13,5	15,0	65,2	449,9	25,13
Всего				54,4	59,9	260,3	1805,0	41,93