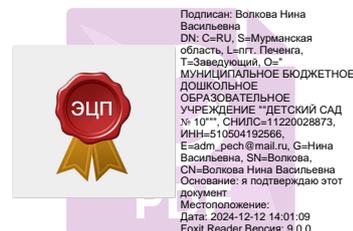


МЕНЮ

13 декабря 2024 г.



Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая | Вита-мин |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|--------------|----------------|-------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 150 | 4,7 | 4,4 | 21,2 | 139.8 | 0,4 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 2,1 | 1,7 | 9,2 | 67.4 | 67.4 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 50 | 2,3 | 4,6 | 15,4 | 121.6 | 0 |
| Итого | | | 350 | 9,1 | 10,7 | 45,8 | 280.8 | 0,8 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 399 | СОК | 100 | 0,8 | 0,2 | 15,2 | 69.7 | 1,2 |
| Итого | | | 100 | 0,8 | 0,2 | 15,2 | 69.7 | 1,2 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 121 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0,4 | 0,5 | 1,1 | 7.2 | 4,3 |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 150 | 5,5 | 2,9 | 18,6 | 95 | 2,1 |
| 2008 | 284 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 60/20 | 8,5 | 6 | 12,6 | 125 | 1,9 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110 | 3,6 | 3,9 | 16,2 | 128.1 | 0 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 160 | 0,1 | | 11,8 | 54 | 8,8 |
| 2008 | 123 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,3 | 0,3 | 15 | 81.6 | 0 |
| Итого | | | 570 | 20,4 | 13,6 | 76,3 | 490.9 | 17,1 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 377 | ПРЯНИКИ | 30 | 1,8 | 1,4 | 22,5 | 151.3 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 170 | | | 9,2 | 58.7 | 0 |
| Итого | | | 200 | 1,8 | 1,4 | 31,7 | 210 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 225 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 140/30 | 19,9 | 14,9 | 17,8 | 231.4 | 0,3 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ | 150 | | | 17,3 | 84.6 | 0 |
| 2008 | 386 | ФРУКТ | 100 | 0,3 | 0,3 | 6,4 | 34.4 | 6,5 |
| Итого | | | 420 | 20,2 | 15,2 | 41,5 | 350.4 | 6,8 |
| Всего | | | | 52,3 | 41,1 | 210,5 | 1400.9 | 25,9 |

МЕНЮ

13 декабря 2024 г.

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 | 184 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | 6,4 | 5 | 31 | 148 | 0,44 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 2,2 | 2 | 8 | 89 | 0,42 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 50 | 2,2 | 5 | 13 | 122 | 0 |
| Итого | | | 450 | 10,8 | 12 | 52 | 359 | 0,86 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 399 | СОК | 100 | 2,7 | 3 | 13 | 90 | 11,87 |
| Итого | | | 100 | 2,7 | 3 | 13 | 90 | 11,87 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 121 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 40 | 0,4 | 0,1 | 1,5 | 10 | 8,23 |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 200 | 15,4 | 11,7 | 20,4 | 120,6 | 5,2 |
| 2008 | 259 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 70/25 | 6 | 24,6 | 5,6 | 145 | 0,43 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 192 | 0 |
| 2012 | 375 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД | 180 | 0,2 | 0,1 | 12,8 | 60,8 | 3,7 |
| 2008 | 123 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,9 | 0,5 | 25 | 102 | 0 |
| Итого | | | 715 | 29,5 | 41,6 | 103 | 629 | 17,56 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 377 | ПРЯНИКИ | 30 | 6,3 | 7,9 | 17 | 165 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 220 | 1,5 | 0,9 | 15,3 | 104 | 2,58 |
| Итого | | | 250 | 7,8 | 8,8 | 32,3 | 269,9 | 2,58 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 225 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 150/30 | 9,1 | 14,6 | 27,5 | 289,2 | 0,04 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО - ЯГОДНЫЙ | 180 | 2,2 | 3,1 | 19,4 | 111,2 | 0 |
| 2008 | 386 | ФРУКТ | 100 | 0,9 | 0,9 | 11,0 | 50,4 | 2,008 |
| Итого | | | 460 | 14,7 | 18,1 | 74,6 | 450,4 | 1,64 |
| Всего | | | | 65,5 | 83,5 | 274,9 | 1800,2 | 34,51 |