



МЕНЮ

7 апреля 2025 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	7,33	5,04	33,23	207,34	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			415	11,40	12,80	63,50	378,40	2,80
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	173	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	100	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
Итого			173	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,07	4,22	21,38	144,00	2,90
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергии)	250	2,51	3,62	20,19	123,68	10,22
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	10,74	3,05	6,13	94,76	0,24
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергии)	150	8,06	7,77	16,85	169,60	8,53
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,59	2,89	12,87	88,00	2,47
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,13	0,11	10,68	44,16	1,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			691	22,51	11,22	75,86	494,92	9,21
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	10,45	11,07	7,09	169,69	0,00
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	70	8,79	9,80	0,00	123,08	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,93	2,38	21,31	118,58	8,49
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	130	2,14	4,67	17,43	120,45	8,82
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,69	3,00	25,80	144,74	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			566	27,11	21,18	72,81	694,41	11,79
Всего				61,98	45,44	229,97	1 645,73	25,24

Меню



МЕНЮ

7 апреля 2025 г.

Ясли 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,27	0,48	13,87	64,09	3,03
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	7,49	7,58	40,27	290,09	3,93
II Завтрак								
2008	442	ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ	147	0,72	0,15	14,43	65,76	0,00
Итого			147	0,72	0,15	14,43	65,76	0,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	32	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,72	3,87	20,09	134,27	2,64
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	8,07	2,14	4,61	69,74	0,18
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,50	3,28	12,91	91,17	2,36
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,11	0,09	8,88	36,76	1,33
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			553	17,80	10,00	61,59	407,84	8,11
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕНАЯ (ГОВЯДИНА)	60	8,98	9,09	7,15	146,19	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,33	2,94	17,01	104,11	6,65
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			366	13,41	12,65	45,26	348,60	7,45
Всего				39,42	30,38	161,55	1 112,29	19,49

Минус
