

МЕНЮ

4 декабря 2024 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	4,2	5,6	18,7	142	0,4
		ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	3,2	1,8	13,6	77	1,7
Итого			365	10,8	14,3	42,3	288	2,1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ (сок абрикосовый)	150	0,8	0,2	14,8	65	2,4
Итого			150	0,8	0,2	14,8	65	2,4
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	40	0,3		1	6	1,6
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куриная грудка филе, сметана 15% жирности, соль йодированная, петрушка (зелень))	166	4,1	5,1	11,9	111	6,4
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная)	50	10,6	5,8	1,8	114	8,2
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (картофель, морковь, лук репчатый, репа, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,4	6,9	13,4	125	3,8
		КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150			15	57	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			601	20,6	18,6	64	516	20
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	80	14,2	7,3	12,9	177	0,16
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,4	3	7,3	74	0,8
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	50	3,6	5,9	24	150	0
Итого			380	23	16,4	51,7	439	16,16
Всего				55,2	49,5	172,8	1308	40,66