

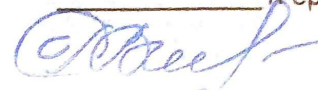
МЕНЮ

15 января 2025 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,21	4,06	6,93	61,38	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	45	1,39	2,51	2,79	37,63	2,04
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	13,26	18,09	2,50	128,33	0,17
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,76	3,17	15,44	105,93	0,59
Итого			385	21,62	27,83	27,66	333,27	2,80
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	143	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			143	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	55	0,46	0,05	4,17	43,71	1,59
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,76	6,59	10,06	121,09	4,09
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,97	2,72	10,79	119,00	0,50
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,42	5,66	15,76	123,02	6,67
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			716	24,59	15,97	71,28	625,82	12,85
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	33	4,02	3,69	0,25	49,94	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145	2,16	1,96	9,60	86,23	5,78
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	45	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			540	14,57	13,39	76,35	500,77	6,28
Всего				61,38	57,69	190,79	1 530,36	24,93



МЕНЮ

15 января 2025 г.

Ясли 12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,21	4,06	6,93	61,38	0,00
10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,91	1,58	1,81	24,45	1,40
214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	8,86	11,97	1,65	80,15	0,15
TKN№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,76	3,17	15,44	105,93	0,59
		325	16,74	20,78	25,83	271,91	2,14
II Завтрак							
TKN№002	ГРУША СВЕЖАЯ	143	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
		143	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед							
2	40 САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	45	0,36	0,04	3,36	35,25	1,18
2	76 РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,67	6,40	9,07	114,88	3,62
12	305 КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,11	2,34	9,24	101,97	0,40
12	324 ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,82	4,14	11,51	89,89	4,85
	TKN№033 КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	TKN№003 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№004 БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
		559	20,36	13,54	53,08	497,29	10,05
Полдник							
008	213 ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	33	4,02	3,69	0,25	51,66	0,00
2008	129 ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,96	1,57	7,64	52,43	4,12
	TKN№003 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TKN№008 ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	27	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392 ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	TKN№005 ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
		462	14,76	13,40	52,22	391,59	4,52
Итого			52,46	48,22	146,63	1 231,29	19,71
Всего							