



МЕНЮ

8 ноября 2023 г.

Ясли 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	150	4	4,3	12,5	105	0,5
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,1	3,4	13	100	0,7
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,3	0,3	8,3	40	8,4
Итого			410	10,3	12,8	46,7	348	9,6
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,6	1,1	11,7	63	3,9
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	120	11,1	12	42,6	190	13,56
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	1,6	3,2	30	1,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9,2	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,4	0,3	15,5	75	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150			6,5	26	0
Итого			515	17,1	15,1	88,7	427	18,96
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,8	3,3	6,2	70	0,7
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	30	2,2	1,7	27,5	134	0
Итого			180	6	5	33,7	204	0,7
Ужин								
2012	450	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ	90	4,7	6,6	31,1	203	0
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,5		3,4	16	0,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,1	0,1	7,1	34	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		6,8	28	0,4
Итого			324	6,4	6,7	48,4	281	1,2
Всего				39,8	39,6	217,5	1260	30,46

Повар _____ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.

МЕНЮ
8 ноября 2023 г.

Сад 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ОВСЯНОЙ)	180	4,8	4,9	14,7	124	0,6
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,6	80	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,6	2,2	21,9	118	0,88
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,4	0,4	9,2	44	9,4
Итого			485	10,1	12,5	61,4	403	10,88
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	2	1,2	14,4	76	4,7
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	13,1	12,8	11,3	215	17,1
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,8	1,7	4,8	38	2,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,8	0,1	11,7	55	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	46	3	0,4	19,4	93	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			7,6	30	0
Итого			634	20,7	16,2	69,2	507	24
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	5,2	4,5	8,5	95	2,53
2008		ПРЯНИК ГЛАЗИРОВАННЫЙ	40	2,2	1,7	27,5	134	0
Итого			210	7,4	6,2	36	229	2,53
Ужин								
2012	450	ОЛАДЬИ С ИЗЮМОМ	110	10,2	12,1	66,3	414	0
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	0,1	5,5	26	1,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,8	0,1	11,7	55	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1		7,2	30	0,5
Итого			393	12,8	12,3	90,7	525	1,7
Всего				51	47,2	257,3	1664	39,11

Повар _____ Алекса О.С. / Дерновая Н.В.