

МЕНЮ
10 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,2	6,7	24,1	179
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,3	2,6	3,9	49
2008	117	БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	37	2,8	1,1	18,9	96
Итого			422	10,3	14,5	46,9	361
II Завтрак							
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	156	0,8	0,2	15,8	67
Итого			156	0,8	0,2	15,8	67
Обед							
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	48	0,9	4,3	3,7	57
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) СО СМЕТАНОЙ	200/0/6	7,5	5,6	25,6	186
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	13,6	5,2	14,7	162
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ №368	50	1,3	5,7	5,2	76
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,7	5,6	24,1	162
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,4		18,1	75
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,3	14,3	77
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,4		9	43
Итого			755	31,1	26,9	114,7	838
Полдник							
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	100	8,4	11	40,8	295
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,6	47
Итого			280	8,4	11	52,4	342
Всего				50,6	52,6	229,8	1608

МЕНЮ
13 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		3,9		36
2012	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,1	7,1	28,1	201
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,4	2,7	15,5	97
2008	117	БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	35	2,6	1	17,8	91
Итого			420	11,1	14,7	61,4	425
II Завтрак							
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	148	0,7	0,1	14,9	63
Итого			148	0,7	0,1	14,9	63
Обед							
2015	70	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,5	0,1	1,1	9
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/0/6	4	4,5	22,7	152
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	45/30	13,3	10,7	4,7	185
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,8	5,5	24,5	162
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			13,2	53
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,3	12,1	65
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,9	62
Итого			726	25,6	21,4	91,2	688
Полдник							
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,6	2,3	0,2	32
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	3,9	30,5	176
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,3	12,1	65
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,5	46
2012	171	ПРЯНИКИ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)	34	2	1,6	25,2	123
Итого			389	11,4	8,1	79,5	442
Всего				48,8	44,3	247	1618