

МЕНЮ
16 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)	6		4,7		43
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,3	6,8	24,2	179
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,3	2,6	15,4	95
2008	117	БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	36	2,7	1,1	18,7	95
Итого			422	10,3	15,2	58,3	412
Обед							
2011	5/1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1,2	5,2	6,1	77
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/0/7	3	5,7	18,7	141
2012	306	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) ИЗ МЯСА КУР	70	14,2	12,4	15,3	235
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,3	2,5	2,7	35
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	4,1	30,2	176
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,2	0,1	23,8	98
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,3	12,5	67
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,1	0,3	13,6	65
Итого			755	27,8	30,6	122,9	894
Полдник							
2008	236	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД ОМЛЕТОМ	120	19,9	9,6	2,8	178
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,3	12,5	67
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,6	47
2012	171	ПРЯНИКИ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)	35	2,1	1,7	26,5	130
Итого			361	24	11,6	53,4	422
Всего				62,1	57,4	234,6	1728

МЕНЮ
17 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		36
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ АССОРТИ (РИС, ПШЕНО) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (КАША "ДРУЖБА")	200	5,7	7	30,1	206
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,7	2,7	17	104
2008	117	БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ	34	2,6	1	17,7	90
Итого			419	11	14,7	64,8	436
II Завтрак							
2011	368	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	85	0,8	0,2	6,9	37
Итого			85	0,8	0,2	6,9	37
Обед							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	4,7	5	65
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ) СО СМЕТАНОЙ	200/0/6	3,1	5	14,6	120
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12	23,6	27,6	372
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,5	2,2	3,1	35
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			13,1	52
2008	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,3	12,3	66
2008	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,9	62
Итого			702	20,5	36,1	88,6	772
Полдник							
2015	291	РОГАЛИК С ПОВИДЛОМ	80	6,8	6	57,7	313
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,6	47
Итого			260	6,8	6	69,3	360
Всего				39,1	57	229,6	1605