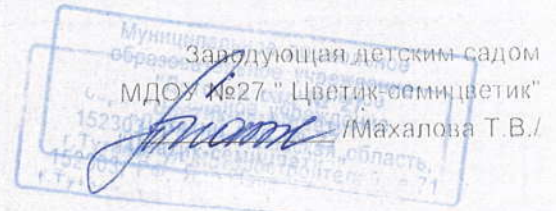


Утверждаю



# МЕНЮ

19 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,6	2,1		26	0
2010	35	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,5	6,6	20,2	160	0,4
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15,4	115	0,7
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
<b>Итого</b>			<b>367</b>	<b>12,4</b>	<b>13,2</b>	<b>50,3</b>	<b>372</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	150			12,8	51	0
<b>Итого</b>			<b>150</b>			<b>12,8</b>	<b>51</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	39	0,3		1	5	3,9
2012	17	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4	5,3	9,8	108	6,2
2012	58	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,4	0,7	3,1	20	0,6
2008	24	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	12	13,4	21,9	255	9,7
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			8	32	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	38					0
<b>Итого</b>			<b>567</b>	<b>16,7</b>	<b>19,4</b>	<b>43,8</b>	<b>420</b>	<b>20,4</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	15,3	74	68
2008	44	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110/20	3,4	7,2	24,2	177	0,2
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	1,5	1,7	22,5	111	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1		0,1	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	30	2,4	0,3	14,7	71	0
2008	60	ФРУКТЫ	95	1,4	0,5	20	92	9,5
<b>Итого</b>			<b>585</b>	<b>9,3</b>	<b>9,9</b>	<b>96,8</b>	<b>526</b>	<b>77,7</b>
<b>Всего</b>				<b>38,4</b>	<b>42,5</b>	<b>203,7</b>	<b>1369</b>	<b>99,2</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Волкова И.В.

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Вяганова Ю.А.



Утверждаю



# МЕНЮ

19 декабря 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37	0
2010	35	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	7,6	22,4	179	0,5
2010	34	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ (аллергики)	180	10,3	6,7	51,5	307	0
2010	71	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,9	4,2	15	114	0,7
2010	66	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,1		9,9	40	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,9	96	0
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>14,5</b>	<b>15,2</b>	<b>57,3</b>	<b>426</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	72	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	180			15,5	62	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>			<b>15,5</b>	<b>62</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	7	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	39	0,3		1	5	3,9
2012	17	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,1	5,7	9,6	111	6
2012	56	БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	180	4,2	7,3	13,2	135	6,8
2012	58	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,7	1,5	4,4	35	1,4
2008	24	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180	16,2	19	30,5	359	13,4
2008	69	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,8	35	0
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ"	48	3,2	0,6	20,7	101	0
<b>Итого</b>			<b>677</b>	<b>24,5</b>	<b>26,8</b>	<b>75</b>	<b>646</b>	<b>24,7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	14	70	67,6
2008	44	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/30	4,7	8,2	32,5	223	0,4
2010	265	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	190	14,8	18,7	38	379	1,4
2008	59	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50	2,5	2,8	37,5	185	0
2010	74	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1		0,2	1	0
2008	1	БАТОН-ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ "УМНИЦА"	40	3,2	0,4	19,9	96	0
2008	60	ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>12,5</b>	<b>12,1</b>	<b>125,1</b>	<b>671</b>	<b>78</b>
<b>Всего</b>				<b>51,5</b>	<b>54,1</b>	<b>272,9</b>	<b>1805</b>	<b>103,9</b>

Медицинская сестра

Волкова И.В.

Шеф-повар

Ваганова Ю.А.