

МЕНЮ

13 сентября 2023 г.
Дети сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г			
Завтрак									
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	3,1	4,5	0,3	61	0	
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (аллергии) (сыр полутвердый)	14					0	
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	190	4,1	6,1	33,2	203	0,4	
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) (крупа гречневая, вода питьевая, сахар-песок, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	150					0	
УСП	ТК№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ (какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,5	2,3	10	79	0,5	
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) чай черный, вода питьевая, сахар-песок	180/6					0	
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	40	2,2	1,2	24	92	0	
Итого			450	10,9	14,1	67,5	435	0,9	
II Завтрак									
2008	442	СОК (соки фруктовые)	180		0,2	18,2	83	3,6	
Итого			180		0,2	18,2	83	3,6	
Обед									
УСП	ТК№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	60		0,1	1	8	3	
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, мясо говядины б/к (лопатка) сметана 15% жир, соль, кислота лимонная, чеснок свежий)	180/10/5	2,1	2,8	6,2	65	5,1	
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергии) (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая)	250					0	
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (филе минтая, мука, яйцо, молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	75	7,9	4,7	2,3	93	0,2	
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРОЙ (аллергии) мясо цыплят бройлеров (тушки), картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	135					0	
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергии) мясо говядины б/к (лопатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное, томат-паста)	190					0	
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель (поздний), морковь свежая, молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	140	2,1	5,2	17,7	123	8,3	
УСП	ТК№0 45	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар-песок, кислота лимонная, вода питьевая)	180		0,1	16,5	69	0	
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,7	0,2	14	48	0	
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	30	1,6	0,9	18	69	0	
Итого			705	15,4	14	75,7	475	16,6	
Уплотненный полдник									
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКА ИЗ ПТИЦЫ (мясо цыплят бройлеров (тушки), батон нарезной из муки в/с, молоко 2,5% жир, соль)	65	7,2	9,1	8,2	151	0,5	
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии) (мясо говядины б/к (лопатка), батон нарезной из муки в/с, вода питьевая, сахар, панировочные, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	70					0	
2008	129	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь свежая, картофель (поздний), горошек зеленый (консерв), кабачки, капуста свежая, сахар-песок, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)	130	1,6	2,2	12,9	77	5,9	
2008	129	ОВОЩИ (аллергии) (картофель (поздний), горошек зеленый (консерв), капуста свежая, сахар-песок)	145					0	
2008	435	КЕФИР 2,5% (кефир 2,5%)	185	3,5	5,4	7,4	98	18,5	
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) чай черный, вода питьевая, сахар-песок	180/6					0	
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,7	0,2	14	48	0	
Итого			405	14	16,9	42,5	374	24,9	
Всего					40,3	46,2	203,9	1367	46

МЕНЮ
13 сентября 2023 г.
Дети ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2003	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйцо)	22	1,6	2,4	0,2	33	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа пшеничная, вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	140	2,3	5,4	16,8	125	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	110					0
УСП	TK№043	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,8	2,8	11,3	94	0,6
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	150/5					0
УСП	TK№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	25	1,4	0,7	15,2	58	0
Итого			367	7,1	11,3	43,5	310	1
II Завтрак								
2008	442	СОК (соки фруктовые)	150			0,2	15,2	69
Итого			150		0,2	15,2	69	3
Обед								
УСП	TK№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50			0,1	0,9	7
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла (свежая), капуста свежая, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло подсолнечное, сахар-песок, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка), сметана 15% жир, соль)	150/10/5	2,6	4,2	7,7	89	5,2
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (филе минтая, мука, яйцо, молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	55	6,6	4	0,4	71	0,2
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	120					0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель (поздний), морковь свежая, молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	110	1,7	4,3	14	99	6,5
УСП	TK№095	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар-песок, кислота лимонная, вода питьевая)	150			0,1	13,1	55
УСП	TK№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	15	1	0,1	8,6	29	0
УСП	TK№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	25	1,4	0,7	15,2	58	0
Итого			570	13,3	13,5	59,9	408	14,4
Уплотненный полдник								
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (мясо цыплят бройлеров (тушки), батон нарезной из муки в/с, молоко 2,5% жир, соль)	45	5,4	6,8	5,9	112	0,4
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), морковь свежая, лук репчатый)	50					0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь свежая, картофель (поздний), горошек зеленый (консерв), капуста свежая, кабачки, сахар-песок, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)	130	1,1	0,7	10,3	52	5,4
2008	129	ОВОЩИ (аллергики) (картофель (поздний), горошек зеленый (консерв), капуста свежая, сахар-песок)	150	2,7	0,3	23,5	97	19,3
2008	435	КЕФИР 2,5% (кефир 2,5%)	180	3,4	5,2	7,2	95	18
УСП	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,7	0,2	14,2	48	0
Итого			530	14,3	13,2	61,1	404	43,1
Всего				34,7	38,2	179,7	1191	61,5