

Итого	29,3	44,4	44,4	29,3	11,4	44,4	397	0,5
Всего	60,1	49,2	176	60,1	49,2	176	1387	25,3

шеф-повар _____ Сорокина А.А.

МЕНЮ

11 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,7	3,9	17,9	117	0,3
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	150	1,2	2,8	15	90	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	4,1			37	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,7	1,3	10,2	59	0,3
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (аллергии)	180	0,3		8,2	34	0
Итого			365	6,6	9,5	42,7	282	0,6
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83	1,6
Итого			200	1	0,2	19,6	83	1,6
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	150	4,2	4,1	12,5	105	3
2012	310	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,7	15,6	2,5	180	0,2
2008	81	СУФЛЕ КУРИНОЕ (аллергии)	50	7,1	12,8	0,1	146	0,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,1	1,6	6,6	51	18,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,3	29	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,4	17,2	83	0
Итого			500	16,7	21,7	46,1	448	21,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергии)	180			6,5	26	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
Итого			200	6,5	6,4	23,2	177	0,9
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	18,1	8,1	4,4	162	0,5
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (аллергии)	60	19,4	10,2	5,2	190	0,5
2008	335	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	8,9	3,1	18,5	138	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,9	28	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	2,2	0,2	14,6	69	0

Итого	487	13,1	36,5	487
Всего	1631	56,7	71,3	208,9

шеф-повар _____ Сорокина А.А.

заведующая
Детский сад №65
Инбулатова Е.Н.

МЕНЮ

11 сентября 2024 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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,1	4	21,4	134	0,3
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,5	2,2	18,7	101	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	2,1	0,2	14	66	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	6		4		37	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,8	1,4	11,6	65	0,3
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (аллергики)	200	0,2		9,8	40	0
Итого			416	7	9,6	47	302	0,6
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,4		19	79	2,8
Итого			100	0,4		19	79	2,8
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	180	5,1	4,7	14,6	123	3,3
2012	310	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	8,4	18,2	3,3	210	0,3
2012	310	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ (аллергики)	70	8,4	14,7	4,3	182	0,3
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,4	1,8	7,7	60	21,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,1	32	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,4	103	0
Итого			610	19,2	25,1	55,1	528	25,2
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	5	9,8	110	1,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	200			8,1	32	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	8,2	7,9	32,1	235	1,1
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	24	10,2	5,5	209	0,6
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (аллергики)	80	22,8	9,7	7,2	207	0,6
2008	335	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	8,9	2,6	18,5	134	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,4	34	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	3,5	0,3	23,3	110	0