

Утверждаю

руководитель СП
"Детский сад "Сказка"
_____/Майорова Марина Владимировна/

МЕНЮ
23 декабря 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен-ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,3	6	28,8	187	1
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25	1,5	3,8	10	81	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	1,4	1,2	20,2	96	0,9
Итого			355	7,2	11	59	364	1,9
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Итого			100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА (лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое)	50	0,7	4,4	3,8	58	1,9
2008	76/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, вода питьевая, сметана 15% жирности)	140/10	4,1	6,3	7,9	110	4,7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста)	160	7,8	9,7	14,8	179	7,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			17,2	69	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	16	1	0,1	6,6	32	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	16	1,2	0,1	7,8	37	0
Итого			542	14,8	20,6	58,1	485	14,2
Полдник								
2012	474/1	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, ванилин)	65	7,3	7	36,5	238	0,2
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
Итого			310	12	11,1	52,8	362	10,5
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, масло сладко-сливочное несоленое)	175	17,2	28,3	3,2	337	0
2012	43/1	САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое)	60	0,7	3,3	4,9	52	2,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	170/8			7,6	30	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			433	19,4	31,7	25,7	466	2,3
Всего				53,9	74,5	205,4	1719	29,7

медсестра _____ Родина И.А.