

МЕНЮ

1 ноября 2024 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ	130	10,30	19,76	5,92	243,48	0,61
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,21	0,01	6,33	27,83	1,56
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,22	3,76	8,25	71,84	0,00
Итого			305	11,73	23,53	20,50	343,15	2,17
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ТРЕНКАМИ	150	5,44	1,01	29,06	147,42	8,26
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	13,12	11,59	18,59	231,13	0,09
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	120	1,54	0,20	8,99	44,44	7,37
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,05	0,01	8,27	33,39	0,00
Итого			500	22,14	13,07	77,63	517,57	15,72
Полдник								
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1,30	4,14	6,43	68,40	3,63
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	0,35	6,17	31,44	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	0,67	0,13	13,53	57,62	2,68
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,80	2,35	17,86	100,08	0,00
Итого			170	4,67	6,97	43,99	257,54	6,31
Всего				38,54	43,57	142,12	1 118,26	24,20

МЕНЮ

1 ноября 2024 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ	150	10,30	19,94	5,91	244,95	0,61
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,18	0,00	7,20	30,37	0,80
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,37	3,82	9,28	77,08	0,00
Итого			360	11,85	23,76	22,39	352,40	1,41
II Завтрак								
2008		БАНАН	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ТРЕНКАМИ	190/10	5,47	2,74	22,97	138,83	5,00
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	14,61	13,28	13,58	232,05	0,07
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	140	1,94	1,83	10,06	65,28	12,59
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	190	0,01	0,00	6,12	24,49	0,00
Итого			628	24,68	18,20	69,69	542,23	17,66
Полдник								
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,78	3,20	8,80	71,42	5,02
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	3,23	4,21	31,99	179,31	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,35	0,52	9,25	47,16	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	75	0,67	0,13	13,53	57,62	2,68
Итого			205	7,03	8,06	63,57	355,51	7,70
Всего				43,56	50,02	155,65	1 250,14	26,77