

МЕНЮ

10 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,06	3,81	10,49	93,15	0,08
	ТК№004	БАТОН (аллергики)	17	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	7,52	6,44	20,05	168,82	0,41
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ Б/МОЛОЧНАЯ (аллергики)	155	3,63	0,95	19,35	100,37	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,22	2,62	10,90	79,70	0,58
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,07	0,00	5,95	24,02	0,01
Итого			365	14,80	12,87	41,44	341,67	1,07
II Завтрак								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	148	0,74	0,15	14,93	68,00	0,00
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	153	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			148	0,74	0,15	14,93	68,00	0,00
Обед								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	46	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	33	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	5,25	3,89	13,54	110,41	4,94
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	150	0,85	0,13	5,65	27,49	4,37
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	165	21,84	8,52	16,43	249,52	13,20
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ б/м,б/я (аллергики)	150	15,47	2,56	14,66	157,47	9,50
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,05	0,00	3,74	15,11	0,01
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			553	30,09	13,33	63,87	517,13	81,90
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	55	8,79	3,50	1,66	73,15	0,73
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	55/50	14,25	12,04	1,47	171,04	0,57
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,56	4,35	17,12	117,99	8,30
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ б/м (аллергики)	105	1,74	0,35	14,11	66,66	7,14
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
	ТК№005 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (аллергики)	150	0,09	0,09	5,77	24,77	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5,02	1,88	29,29	154,12	0,11
	ТК№004	БАТОН (аллергики)	10	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			390	17,47	9,95	72,57	451,26	10,34
Всего				63,10	36,30	192,81	1 378,06	93,31

Шеф повар (зав. производством)

Абдуллаева Н.А.