



МЕНЮ

2 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

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	184	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,6	5,5	24,2	166	0,1
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150	2,2	1,9	18,5	100	0,75
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2	0,2	13,4	63	0
Итого			333	8,8	11,7	56,1	366	0,85
II Завтрак								
2008	442	СОК	96	0,5		7	30	165,3
Итого			96	0,5		7	30	165,3
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	35	0,3	2,5	1,2	30	5,3
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	180	7,7	3,7	21,1	150	3,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,1	3,6	13,7	95	3,37
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60	13	12,3	10,9	206	0,4
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,1	1,2	1	15	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	17,3	82	55
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,9	0,4	18,5	89	0
Итого			600	26,6	23,9	83,7	667	67,67
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	146	4,1	4,6	6,7	85	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	11	0,8	1,1	8,2	46	0
Итого			157	4,9	5,7	14,9	131	0,8
Ужин								
2008	444	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	80/20	7,3	13,2	34,9	287	0,1
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	150/11	0,1		11,1	45	0
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90	1,4	0,5	18,3	84	3,6
Итого			351	8,8	13,7	64,3	416	3,7
Всего				49,6	55	226	1610	238,32



МКДОУ п. Горноправдинск д. сад "Сказка"
/Бурнашова Е.И./

МЕНЮ

2 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,3	7,4	33,7	227	0,2
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8		6,2	0,1	56	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	2,6	2,3	22,3	121	0,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,4	0,3	22,6	107	0
Итого			434	12,3	16,2	78,7	511	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК	96	0,5		7	30	165,3
Итого			96	0,5		7	30	165,3
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	55	0,5	2,7	1,9	35	7,8
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	8,2	5,1	22,6	170	3,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	5,4	20,4	142	5,03
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	15,3	14,1	14,4	245	0,9
2008	360	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,3	2,6	2,1	34	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	20,4	95	62,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	22,8	110	0
Итого			760	31,5	30,6	104,6	831	80,33
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	146	4,1	4,6	6,7	85	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	18	1,4	1,7	13,5	75	0
Итого			164	5,5	6,3	20,2	160	0,8
Ужин								
2008	444	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/25	8,5	16	43,3	353	0,1
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180/13	0,1		13,3	53	0
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	95	1,4	0,5	19,3	89	3,8
Итого			413	10	16,5	75,9	495	3,9
Всего				59,8	69,6	286,4	2027	251,43