



МЕНЮ

12 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,8	5,2	15,7	126	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		3,8		35	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	150/11	0,1		10,6	43	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,5	0,2	16,5	78	0
Итого			350	6,4	9,2	42,8	282	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК	109	0,5		8	34	187,6
Итого			109	0,5		8	34	187,6
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	45	0,5	3,1	1,6	37	7,4
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180/5	4,2	4,3	14,6	117	5,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	105	2,7	3	18,1	111	8,5
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60/30	10,3	11,3	4	160	1
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	150	0,6		15,8	66	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,8	0,4	17,8	85	0
Итого			618	21,1	22,1	71,9	576	22,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,2	4,6	6,7	86	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	12	0,9	1,2	8,7	49	0
Итого			160	5,1	5,8	15,4	135	0,8
Ужин								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПЕЧЕНЬЮ	70	11,8	8,7	39,1	285	5,2
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	150/11	0,1		10,6	43	0
Итого			231	11,9	8,7	49,7	328	5,2
Всего				45	45,8	187,8	1355	216,2



МКДОУ п.Горноградский д.сад "Сказка"
/Хохрякова А.В./

МЕНЮ

12 декабря 2024 г.

Сад 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	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,9	6,9	21,5	169	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5,3	0,1	48	0
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180/13	0,1		13,1	53	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	56	4,2	0,3	27,4	129	0
Итого			455	9,2	12,5	62,1	399	0,6
II Завтрак								
2008	442	СОК	109	0,5		8	34	187,6
Итого			109	0,5		8	34	187,6
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	70	0,6	3,7	2,3	46	10,8
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200/8	5	5,3	16	136	5,6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	4,3	4,8	27,1	169	12,9
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70/50	12,2	13,3	5	189	1,1
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,8		19,3	81	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,4	0,5	21,9	106	0
Итого			786	26,3	27,6	91,6	727	30,6
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,2	4,6	6,7	86	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,8	14,2	79	0
Итого			168	5,7	6,4	20,9	165	0,8
Ужин								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С ПЕЧЕНЬЮ	85	13,3	9,6	45,4	326	6,1
2008	429	ЧАЙ С САХАРОМ	180/13	0,1		13,1	53	0
Итого			278	13,4	9,6	58,5	379	6,1
Всего				55,1	56,1	241,1	1704	225,7