

Утверждаю

директор
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.
_____/Харитонов Е.Г./

МЕНЮ

1 октября 2024 г.

Сад 12 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								
2012	171	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА"	200	6,2	7	29,9	207	0,6
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,3	4,4	15,8	113	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		36	0,1
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	213	4,7	5,1	16,9	133	0,8
Итого			458	15,5	19,5	62,6	489	1,5
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	18	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	40	0,2	4	0,8	40	3,9
2008	84	ЩИ "ОТ ДЕДУШКИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ"	200	2,2	3,3	6,1	64	17,6
2008	309	ОВОЩНОЕ РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	140	11,8	15,3	11,2	230	6,1
2008	439	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ "ГРАФИНЯ ВИШЕНКА"	200	0,3	0,1	16	68	2,6
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2012		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			670	20,9	23,3	75,4	599	30,2
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА "СКАЗОЧНАЯ"	80	14,2	9,3	12,8	197	0,2
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	26/15	2,1	0,8	20,9	98	4
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
Итого			321	16,4	10,1	41,8	327	4,2
Всего				53,2	53,3	189,6	1462	45,9

Утверждаю

директор
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.
_____/Харитонов Е.Г./

МЕНЮ

2 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,4	6,1	26,9	181	0,5
2012	1	БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ	30/10	5,3	4,5	15,8	125	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36	0
Итого			420	9,8	10,6	51,6	342	0,5
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	40	0,4	0,8	3	22	1,6
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	5,3	3,3	20,4	133	6,5
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	2,2	1,9	12,4	76	0
2008	272	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	60	10,4	12,3	5,4	175	0,4
2008	439	КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	0,3	0,1	16	68	2,6
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2012		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			680	24,2	19	93,5	647	11,1
Полдник								
2008	239	ФРИКАДЕЛКА РЫБНАЯ С СОУСОМ	70	9	6,1	10,5	132	0,2
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ "СНЕГУРОЧКА"	100	1,8	2,7	11,6	78	5,7
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,7	41	0
Итого			387	12,2	8,9	38,9	283	5,9
Всего				46,7	38,6	194,1	1315	19,5

Утверждаю

директор
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.

_____/Харитонов Е.Г./

МЕНЮ

3 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	171	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,6	6,7	25,1	183	0,5
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2,5	4,9	16,9	121	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,9	4,2	14,5	112	0,7
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
Итого			450	17,1	20,4	56,8	479	1,2
II Завтрак								
2012	401	РЯЖЕНКА	145	4,2	3,6	6,1	78	0,4
Итого			145	4,2	3,6	6,1	78	0,4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	4
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,4	6,7	17,4	151	7,1
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	90	2,4	3,2	25,2	139	0
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	50/50	4,2	5,5	2,8	78	1,6
2012		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			520	18,7	16	87,7	571	12,7
Полдник								
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	140	4,4	6,7	11,9	130	23
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,8	5,4	30,2	190	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2		8,4	35	1,4
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			430	12,5	12,3	70,6	450	24,4
Всего				52,5	52,3	221,2	1578	38,7

Утверждаю

директор
ИП ХАРИТОНОВА Е.Г.
_____/Харитонов Е.Г./

МЕНЮ

4 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	168	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,6	8,4	26,7	210	0,6
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	3,2	11,3	81	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36	0
Итого			425	8,3	11,6	46,9	327	0,6
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	96	0,4	0,4	9,4	45	9,6
Итого			96	0,4	0,4	9,4	45	9,6
Обед								
2012		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	45	0,9	4	3,5	54	3,2
2008	75	БОРЩ	200	2,2	3,3	7,1	66	8,8
2012	18	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	151	15,4	4,6	32,3	232	0
2008		ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР В СОУСЕ	41/40	5,9	5,8	0,1	76	0,2
2012	372	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200			6,6	27	0
2012		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			767	30,8	18,3	90,9	652	12,2
Полдник								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,4	5	25,7	165	0
2012	165	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,3	7,5	28,7	208	0
2008	309	ФРИКАСЕ ИЗ ПТИЦЫ	30/50	2,5	3,3	2,5	50	1,3
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,1	32	0
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47	0
Итого			500	14,8	15,9	75	502	1,3
Всего				54,3	46,2	222,2	1526	23,7