

Утверждаю

Старший воспитатель СПДС "Радуга"

**МЕНЮ**

12 ноября 2024 г.

Ясли 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		
<b>Завтрак</b>								
		<b>КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ</b>	<b>150</b>	<b>5,2</b>	<b>7,4</b>	<b>19,5</b>	<b>166,6</b>	<b>0,7</b>
		САХАР ПЕСОК	3 / 3	0	0	2,7	10,8	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	130 / 130	3,5	3,2	6,1	70,2	0,7
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,185 / 5,185	0	4	0	34,9	0
		КРУПА ЯЧНЕВАЯ	18 / 18	1,7	0,2	10,7	50,7	0
		<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>	<b>150</b>	<b>3,6</b>	<b>3,3</b>	<b>12,6</b>	<b>96,6</b>	<b>0,7</b>
		САХАР ПЕСОК	7 / 7	0	0	6,4	25,1	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	130 / 130	3,5	3,2	6,1	70,2	0,7
		КАКАО-ПОРОШОК	0,5 / 0,5	0,1	0,1	0,1	1,3	0
		<b>МАСЛО НА БУТЕРБРОД</b>	<b>5</b>					<b>0</b>
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	0	0	0,0	0
		<b>БАТОН</b>	<b>20</b>	<b>1,5</b>	<b>0,6</b>	<b>10,0</b>	<b>51,8</b>	<b>0</b>
		БАТОН НАРЕЗНОЙ	20 / 20	1,5	0,6	10	51,8	0
2012		<b>СЫР</b>	<b>12</b>	<b>2,7</b>	<b>3,5</b>		<b>43,1</b>	<b>0</b>
		СЫР РОССИЙСКИЙ	11,852 / 11,85	2,7	3,5	0	43,1	0
				<b>13,0</b>	<b>14,8</b>	<b>42,1</b>	<b>358,1</b>	<b>1,4</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	<b>СУП ГОРОХОВЫЙ</b>	<b>150</b>	<b>5,2</b>	<b>3,9</b>	<b>14,4</b>	<b>108,9</b>	<b>0,3</b>
		КАРТОФЕЛЬ	45,185 / 31,63	0,6	0,1	4,7	22,0	0
		ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ	20 / 20	4,4	0,3	8,7	53,8	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8 / 6,72	0,1	0	0,5	2,5	0,3
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10 / 8	0,1	0	0,5	2,5	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
		<b>БИТОЧКИ КУРИНЫЕ</b>	<b>60</b>	<b>9,0</b>	<b>8,9</b>	<b>6,0</b>	<b>134,7</b>	<b>0,7</b>
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	10 / 10	0,8	0,1	4,6	21,3	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	20 / 20	0,6	0,5	0,9	10,8	0,1
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8 / 6,72	0,1	0	0,5	2,5	0,3
		МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕН.	70 / 39,2	6,9	5,9	0	77,6	0,3
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт. / 4,44	0,6	0,5	0	6,3	0
		<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>	<b>110</b>	<b>3,1</b>	<b>3,0</b>	<b>18,5</b>	<b>106,3</b>	<b>8,6</b>
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	150 / 105	2	0,4	16,6	72,8	8,4
		<b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ</b>	<b>150</b>	<b>0,3</b>		<b>10,6</b>	<b>43,2</b>	<b>0</b>
		СМЕСЬ ФРУКТОВ СУШЕНАЯ	8,889 / 8,889	0,3	0	4,2	18,1	0
		САХАР ПЕСОК	7 / 7	0	0	6,4	25,1	0
		<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	<b>40</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>15,5</b>	<b>73,4</b>	<b>0</b>
		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40 / 40	2,5	0,4	15,5	73,4	0
		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>15</b>	<b>1,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,9</b>	<b>32,4</b>	<b>0</b>

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.		15,185 / 15,185	1,1	0,1	6,9	32,4	0	
			<b>21,2</b>	<b>16,3</b>	<b>71,9</b>	<b>498,9</b>	<b>11,0</b>	
<b>Полдник</b>								
ЯБЛОКО		123	0,5	0,5	12,1	57,8	12,3	
ЯБЛОКИ		123 / 123	0,5	0,5	12,1	57,8	12,3	
			<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>12,1</b>	<b>57,8</b>	<b>23,3</b>	
<b>Ужин 1</b>								
2008	224	ПУДИНГ ТВОРОЖНО- ЯБЛОЧНЫЙ СО СМЕТАН.СОУСОМ	100/20	15,9	14,0	19,9	263,2	1,5
ТВОРОГ		70 / 70	12,2	5,9	1,9	106,5	0,2	
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ		0,9 / 0,9	0	0	0	0,0	0	
КРУПА МАННАЯ		6 / 6	0,6	0,1	3,8	17,7	0	
САХАР ПЕСОК		8 / 8	0	0	7,3	28,7	0	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)		0,26 шт. / 10,37	1,2	1,1	0,1	14,7	0	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ		2,7 / 2,7	0	2,5	0	21,9	0	
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ		60 / 60	1,6	1,4	2,8	32,4	0,3	
ВАНИЛИН		1,4 / 1,4	0	0	0	0,0	0	
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		1,852 / 1,85	0	0	1,3	5,2	0	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		2 / 2	0	1,6	0	11,9	0	
ЯБЛОКИ		30 / 26,4	0,1	0,1	2,4	11,2	1,7	
СМЕТАНА		9 / 9	0,2	1,3	0,3	13,0	0	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		15	1,1	0,1	6,9	32,4	0	
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.		15,185 / 15,185	1,1	0,1	6,9	32,4	0	
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОД.ЭКСТР.		150			10,8	43,0	0	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		139,5 / 139,5	0	0	0	0,0	0	
КИСЕЛЬ СУХОЙ		15 / 15	0	0	10,8	43,0	0	
			<b>17,0</b>	<b>14,1</b>	<b>37,6</b>	<b>338,6</b>	<b>24,8</b>	

Утверждаю

Старший воспитатель СПДС "Радуга"



## МЕНЮ

12 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
		<b>КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ</b>	<b>200</b>	<b>6,4</b>	<b>8,3</b>	<b>23,5</b>	<b>196,4</b>	<b>0,9</b>
		САХАР ПЕСОК	4 / 4	0	0	3,6	14,4	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	170 / 170	4,5	4,1	8	91,8	0,9
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,044 / 5,04	0	3,9	0	33,9	0
		КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20 / 20	1,9	0,3	11,9	56,3	0
		<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>	<b>180</b>	<b>4,6</b>	<b>4,2</b>	<b>15,4</b>	<b>122,0</b>	<b>0,9</b>
		КАКАО-ПОРОШОК	0,6 / 0,6	0,1	0,1	0,1	1,5	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	170 / 170	4,5	4,1	8	91,8	0,9
		САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
		<b>МАСЛО НА БУТЕРБРОД</b>	<b>5</b>					<b>0</b>
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	0	0	0,0	0
		<b>БАТОН</b>	<b>30</b>	<b>2,3</b>	<b>0,9</b>	<b>15,0</b>	<b>77,7</b>	<b>0</b>
		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30 / 30	2,3	0,9	15	77,7	0
2012		<b>СЫР</b>	<b>14</b>	<b>2,9</b>	<b>3,1</b>		<b>45,8</b>	<b>0</b>
		СЫР РОССИЙСКИЙ	13,982 / 13,98	2,9	3,1	0	45,8	0
				<b>16,2</b>	<b>16,5</b>	<b>53,9</b>	<b>441,9</b>	<b>1,8</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	<b>СУП ГОРОХОВЫЙ</b>	<b>200</b>	<b>7,7</b>	<b>5,3</b>	<b>20,6</b>	<b>153,7</b>	<b>0,3</b>
		КАРТОФЕЛЬ	60 / 42	0,8	0,2	6,2	29,1	0
		ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ	30 / 30	6,6	0,5	13,1	80,7	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	15,044 / 12,04	0,2	0	0,7	3,8	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5 / 2,5	0	2,4	0	20,3	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,8 / 2,8	0	2,2	0	16,7	0
		<b>БИТОЧКИ КУРИНЫЕ</b>	<b>70</b>	<b>10,1</b>	<b>9,9</b>	<b>6,1</b>	<b>147,1</b>	<b>0,8</b>
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	10 / 10	0,8	0,1	4,6	21,3	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	20 / 20	0,6	0,5	0,9	10,8	0,1
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕН.	60 / 44,8	6	6,8	0	88,7	0,4
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт. / 4,95	0,6	0,6	0	7,0	0
		<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>	<b>130</b>	<b>4,3</b>	<b>4,2</b>	<b>26,1</b>	<b>151,3</b>	<b>12,3</b>
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	214,29 / 150	2,9	0,6	22,7	104,0	12
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	50 / 50	1,4	1,2	2,4	27,0	0,3
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,009 / 3,009	0	2,4	0	20,3	0
		<b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ</b>	<b>180</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>12,0</b>	<b>49,1</b>	<b>0</b>
		СМЕСЬ ФРУКТОВ СУШЕНАЯ	10 / 10	0,3	0,1	4,7	20,4	0
		САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
		<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	<b>50</b>	<b>3,1</b>	<b>0,4</b>	<b>19,3</b>	<b>91,8</b>	<b>0</b>
		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50 / 50	3,1	0,4	19,3	91,8	0
		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>20</b>	<b>1,4</b>	<b>0,1</b>	<b>9,1</b>	<b>42,7</b>	<b>0</b>

		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	20 / 20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
				26,9	20,0	93,2	635,7	15,2
<b>Полдник</b>								
		ЯБЛОКО	123	0,5	0,5	12,1	57,8	12,3
		ЯБЛОКИ	123 / 123	0,5	0,5	12,1	57,8	12,3
				0,5	0,5	12,1	57,8	12,3
<b>Ужин 1</b>								
2008	224	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-ЯБЛОЧНЫЙ СО СМЕТАН. СОУСОМ	110/30	21,9	17,7	25,4	339,2	1,8
		ТВОРОГ	100 / 100	17,4	8,5	2,7	152,1	0,2
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1,12 / 1,12	0	0	0	0,0	0
		КРУПА МАННАЯ	8 / 8	0,8	0,1	5,1	23,7	0
		САХАР ПЕСОК	10 / 10	0	0	9,1	35,9	0
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт. / 9,91	1,2	1	0,1	14,0	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5 / 2,5	0	2,4	0	20,3	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	80 / 80	2,1	2	3,8	43,2	0,4
		ВАНИЛИН	1,6 / 1,6	0	0	0	0,0	0
		КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	2,035 / 2,035	0	0	1,5	5,8	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,8 / 2,8	0	2,2	0	16,7	0
		ЯБЛОКИ	35 / 30,8	0,1	0,1	2,7	13,1	2
		СМЕТАНА	10 / 10	0,3	1,4	0,4	14,4	0
		САХАР ПИЩЕВАЯ	60	0,6	1,2	4,5	32,4	2,4
		МОРОЖЕНОЕ	60 / 48	0,6	0	3,3	16,8	2,4
		САХАР ПИЩЕВАЯ	1,2 / 1,2	0	1,2	0	10,8	0
		САХАР	1,2 / 1,2	0	0	1,2	4,8	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	20 / 20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
		КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОД.ЭКСТР.	180			13,0	51,6	0
		КИСЕЛЬ СУХОЙ	18 / 18	0	0	13	51,6	0
				23,9	19,0	52,0	465,9	31,7