

Возрастная категория 1-3 лет 04.03.2025

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	417	КАША ПШЕННАЯ	150	3,89	4,92	23,70	154,58	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,16	4,01	0,00	49,50	0,10
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	2,28	5,00	15,46	116,00	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	155	4,16	4,04	18,22	126,78	0,68
Итого			355	13,49	17,97	57,38	446,86	0,78
II Завтрак								
2008		БАНАН	102	1,52	0,51	21,32	97,44	10,15
Итого			102	1,52	0,51	21,32	97,44	10,15
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	45	0,33	5,06	1,12	52,05	7,40
2008	104	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ С МЯСОМ	155	10,07	10,55	15,95	200,48	5,16
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,64	5,29	15,80	121,71	7,44
2012	399	СОК	150	0,73	0,15	14,70	62,57	1,20
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2012	257	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	1,19	4,66	5,73	69,55	0,08
Итого			570	17,61	26,06	70,26	587,94	21,28
Полдник								
2012	391	ЧАЙ-ЗАВАРКА	450	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2008	471	БУЛОЧКА С ВАРЕНЬЕМ	90	6,36	5,30	48,06	268,55	0,00
Итого			540	6,46	5,30	48,26	269,75	0,02
Ужин								
2012	406	ОВОЩИ С КУРИЦЕЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160	6,77	8,18	14,52	159,98	20,37
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,05	0,01	9,85	40,68	0,96
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,18	0,84	14,96	76,24	0,00
Итого			370	9,00	9,03	39,33	276,90	21,33
Всего				48,08	58,87	236,55	1 678,89	53,56

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	417	КАША ПШЕННАЯ	170	4,46	9,04	27,11	207,73	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	18	4,21	5,35	0,00	65,99	0,13
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45/8	3,05	9,41	20,64	179,60	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	190	5,50	4,97	22,18	156,65	0,83
Итого			431	17,22	28,77	69,93	609,97	0,96
II Завтрак								
2008		БАНАН	98	1,47	0,49	20,58	94,08	9,80
Итого			98	1,47	0,49	20,58	94,08	9,80
Обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	65	0,46	10,07	1,61	100,04	10,57
2008	104	СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ С МЯСОМ	200	13,57	16,90	22,05	296,97	6,79
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,70	9,74	22,45	192,94	10,61
2012	257	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	115	2,07	9,18	10,96	135,03	0,10
2012	399	СОК	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			765	23,98	46,50	95,90	902,04	29,51
Полдник								
2012	391	ЧАЙ-ЗАВАРКА	1000	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008	471	БУЛОЧКА С ВАРЕНЬЕМ	140	9,97	8,31	75,36	421,11	0,00
Итого			1140	10,16	8,31	75,77	423,52	0,04
Ужин								
2012	406	ОВОЩИ С КУРИЦЕЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	175	7,08	12,18	15,99	203,64	21,53
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,05	0,01	9,85	40,68	0,96
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,91	1,13	19,94	101,66	0,00
Итого			395	10,04	13,32	45,78	345,98	22,49
Всего				62,87	97,39	307,96	2 375,59	62,80