

Возрастная категория: 1-3 лет 27.01.2025

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	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ С	150/10	2,47	8,63	11,05	131,71	0,00
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,31	0,00
2012	397	КАКАО НА МОЛОКЕ С	635	2,35	1,46	10,67	66,73	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С	35/5	2,45	8,55	14,81	146,20	0,00
Итого			875	12,23	23,13	36,80	405,95	0,00
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Итого			100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Обед								
2012		КУКУРУЗА	38	1,06	0,07	2,21	13,58	1,40
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С	185	2,04	1,68	10,21	64,50	7,76
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	4,32	8,50	27,43	203,70	0,00
2012	277	МЯСО ТУШЕНОЕ	80	10,63	18,84	9,79	251,73	2,65
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,80	0,16	16,16	68,80	3,20
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			628	21,50	29,60	82,76	683,89	15,01
Полдник								
2012	462	"ГРЕБЕШОК"	120	10,72	23,18	47,49	441,43	0,05
2008		ЙОГУРТ	180	3,48	2,61	5,23	83,64	1,22
Итого			300	14,20	25,79	52,72	525,07	1,27
Ужин								
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С	175	2,72	8,13	7,89	117,59	23,55
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,18	0,84	14,96	76,24	0,00
Итого			385	4,90	8,97	32,53	232,53	23,55
Всего				53,18	87,84	213,43	1 888,80	48,63

Возрастная категория: 3–7 лет

27.01.2025

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	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ С	170	2,47	8,63	11,01	131,54	0,00
2012	397	КАКАО НА МОЛОКЕ С	180	2,35	1,46	10,67	66,73	0,00
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45/8	3,25	8,65	19,72	170,00	0,00
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,31	0,00
Итого			918	13,03	23,23	41,67	429,58	0,00
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Итого			100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	75	1,69	9,80	13,21	147,63	2,24
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С	205	2,04	1,68	10,21	64,50	7,76
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	5,39	8,63	34,27	236,49	0,00
2012	277	МЯСО ТУШЕНОЕ	95	10,63	18,84	9,79	251,73	2,65
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,80	0,16	16,16	68,80	3,20
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			745	23,86	39,55	104,84	871,13	15,85
Полдник								
2012	462	"ГРЕБЕШОК"	145	10,72	23,18	47,49	441,43	0,05
2008		ЙОГУРТ	200	3,87	2,90	5,81	92,93	1,36
Итого			345	14,59	26,08	53,30	534,36	1,41
Ужин								
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С	215	3,28	8,16	9,35	126,28	29,31
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,91	1,13	19,94	101,66	0,00
Итого			435	6,19	9,29	38,97	266,64	29,31
Всего				58,02	98,50	247,40	2 143,07	55,37