

Возрастная категория 3-7 лет

23/01/2025

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 В МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВРОЧНЫМ	165	6,13	12,67	26,66	246,07	0,68
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	19	4,37	5,55	0,00	68,46	0,06
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	190	6,01	5,50	16,60	142,39	0,68
2012		БУТЕРБРОДЫ С	45/8	3,05	9,41	20,64	179,60	0,00
Итого			427	19,56	33,13	63,90	636,52	1,42
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								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ	65	0,44	9,75	1,35	94,78	2,23
2012	56	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ СО	230	9,25	19,32	25,66	313,59	6,85
2012	254	РЫБА ПОД ОВОЩАМИ	80	0,22	9,72	1,17	93,10	0,49
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,70	9,74	22,45	192,94	10,61
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			760	17,82	49,15	89,65	873,79	23,78
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	120	6,44	2,42	74,70	344,54	19,32
Итого			320	12,24	7,42	83,10	452,54	19,92
Ужин								
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С	230	5,74	6,50	14,82	140,60	40,82
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И	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			450	8,70	7,64	44,61	282,94	41,78
Всего				59,79	97,83	301,84	2 339,87	96,70

Возрастная категория с1-3 лет

23/01/2025

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Всего
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ С САХАРОМ	165	6,13	12,67	26,66	246,07	
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	19	4,37	5,55	0,00	68,46	
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	190	6,01	5,50	16,60	142,39	
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35/5	2,30	9,12	15,50	153,40	
Итого			414	18,81	32,84	58,76	610,32	
II Завтрак								
2008		БАНАН	98	1,47	0,49	20,58	94,08	
Итого			98	1,47	0,49	20,58	94,08	
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	45	0,29	9,73	0,90	92,25	
2012	56	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	180	7,24	16,53	21,99	265,64	
2012	254	РЫБА ПОД ОВОЩАМИ	65	0,22	9,72	1,17	93,09	
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	115	2,66	9,28	15,84	157,99	
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	17,82	77,40	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	
Итого			625	13,96	45,79	74,68	767,95	
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,22	4,50	7,56	97,20	
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	115	6,11	2,29	70,85	326,78	
Итого			295	11,33	6,79	78,41	423,98	
Ужин								
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	180	4,52	5,12	11,66	110,67	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,05	0,01	9,85	40,68	
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,18	0,84	14,96	76,24	
Итого			390	6,75	5,97	36,47	227,59	
Всего				52,32	91,88	268,90	2 123,92	