

МЕНЮ

14 февраля 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,11	3,94	6,72	59,52	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	45	1,41	2,54	2,82	38,07	2,07
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	14,48	19,74	2,73	140,06	0,19
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	7,26	1,90	32,90	177,46	0,00
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,53	2,98	14,51	99,51	0,56
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	195	0,12	0,00	13,79	55,63	0,02
Итого			385	22,53	29,20	26,78	337,16	2,82
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	144	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			144	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,43	0,05	3,94	41,30	1,50
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,50	4,50	4,00	165,00	4,40
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергии)	200	1,35	0,20	8,37	41,17	7,49
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,10	2,75	10,90	120,20	0,50
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	45	12,99	11,17	0,00	152,25	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	165	2,66	6,22	17,32	135,20	7,33
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	135	2,15	2,37	17,55	100,35	8,88
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	195	0,12	0,00	13,79	55,63	0,02
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			729	25,67	14,47	66,66	680,70	13,73
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	38	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	160	2,33	2,12	10,39	93,28	6,25
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	135	2,15	2,37	17,55	100,35	8,88
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	185	0,13	0,00	13,17	53,19	0,03
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	106	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
		ЯБЛОКО (аллергии)	73	0,29	0,29	7,12	34,14	7,26
Итого			574	15,62	14,36	77,19	518,78	6,75
Всего				64,42	58,53	186,13	1 607,14	26,30

МЕНЮ

15 февраля 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,31	4,18	7,14	63,24	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,64	2,26	39,17	211,27	0,00
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,11	0,00	12,68	51,13	0,02
Итого			415	12,81	16,28	44,24	358,24	1,00
II Завтрак								
	TKN№020	БАНАН СВЕЖИЙ	102	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			102	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
	TKN№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	52	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,17	6,86	8,38	112,54	5,81
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	200	1,24	0,20	8,11	39,49	6,86
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	85	15,73	0,54	0,00	176,55	0,64
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергики)	55	9,46	10,67	0,00	133,86	0,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,99	1,19	14,65	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,36	5,25	22,37	154,35	10,82
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	160	2,62	1,91	21,34	113,29	10,80
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,13	0,00	13,17	53,19	0,03
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			766	27,26	14,44	62,26	603,99	19,37
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	185	13,99	11,46	13,08	212,50	19,38
2008	183	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	2,81	0,40	36,66	161,46	0,00
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергики)	55	9,46	10,67	0,00	133,85	0,00
	TKN№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,13	0,00	13,17	53,19	0,03
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	3,57	9,18	37,03	205,02	5,71
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	95	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2008		ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	79	0,32	0,24	8,16	37,22	3,96
Итого			550	21,48	23,38	82,71	593,22	26,09
Всего				63,05	54,60	210,21	1 651,45	50,48

Медицинская сестра _____

МЕНЮ

16 февраля 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	2,05	3,02	22,79	97,96	2,59
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергии)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	8,07	2,11	36,56	197,18	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			436	7,15	9,82	59,09	363,96	3,09
II Завтрак								
2008	442	СОКИ ПРЯМОГО ОТЖИМА	194	0,97	0,19	21,78	99,17	14,39
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	185	0,13	0,00	13,17	53,19	0,03
Итого			194	0,97	0,19	21,78	99,17	14,39
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	65	1,02	3,68	5,08	57,91	2,41
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	7,50	13,10	121,20	5,30
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергии)	200	3,41	0,33	14,47	76,10	28,24
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	85	12,17	14,04	2,47	184,62	0,55
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	55	16,24	13,97	0,00	190,31	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	0,00
		МАКАРОНЫ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ (аллергии)	145	5,43	0,78	33,17	161,51	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	185	0,13	0,00	13,17	53,19	0,03
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			749	26,59	29,69	85,27	690,73	8,96
Полдник								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	20,30	19,14	19,60	250,91	9,98
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	55	16,24	13,97	0,00	190,31	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	180	2,96	2,21	24,11	128,45	12,20
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	185	0,13	0,00	13,17	53,19	0,03
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,05	2,98	29,62	161,22	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергии)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
Итого			437	26,75	22,36	86,94	575,33	10,28
Всего				61,46	62,06	253,08	1 729,19	36,72

Медицинская сестра _____

МЕНЮ

19 февраля 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,47	2,22	38,38	207,04	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,13	0,00	13,17	53,19	0,03
Итого			428	10,56	12,40	50,52	360,40	1,60
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	154	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			154	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	1,45	2,08	9,29	61,83	3,52
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	2,51	0,47	20,83	97,83	8,29
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,22	6,53	3,37	127,50	0,41
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	165	3,30	5,28	21,45	147,73	9,90
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	165	2,68	2,47	21,82	120,51	11,04
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,13	0,00	13,17	53,19	0,03
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
Итого			742	14,67	14,81	79,49	543,80	15,73
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	205	20,60	19,06	34,51	210,12	1,44
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	65	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,13	0,00	13,17	53,19	0,03
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	65	9,49	2,99	38,03	187,20	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
Итого			477	37,33	24,28	86,65	602,22	4,44
Всего				63,16	52,09	231,46	1 572,72	27,77

Медицинская сестра

С.С.

МЕНЮ

20 февраля 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	2,92	5,93	8,60	59,34	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	9,08	2,38	41,13	221,83	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,10	0,00	12,31	49,58	0,02
Итого			410	11,19	16,83	50,10	341,34	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОКИ ПРЯМОГО ОТЖИМА	182	0,91	0,18	20,36	92,73	13,45
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,13	0,00	13,17	53,19	0,03
Итого			182	0,91	0,18	20,36	92,73	13,45
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,20	5,20	6,60	118,00	6,80
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	2,07	0,39	17,64	82,47	6,54
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	185	17,95	19,53	20,46	330,15	17,39
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	10,59	11,95	0,00	149,92	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	130	2,11	2,37	17,20	98,67	8,70
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			657	25,75	25,82	67,66	636,55	101,19
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	8,22	0,46	0,30	142,96	0,89
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	10,41	11,74	0,00	147,25	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,32	3,96	15,05	102,68	7,74
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	130	2,11	2,86	17,20	103,04	8,70
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	3,87	0,81	23,31	117,00	0,09
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
Итого			419	15,53	5,47	66,78	481,84	10,12
Всего				53,38	48,30	204,90	1 552,46	125,76

Медицинская сестра 

МЕНЮ

21 февраля 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,46	2,18	16,43	70,72	1,87
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,52	2,73	3,03	40,91	2,22
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,71	21,42	2,96	151,98	0,20
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,47	2,22	38,38	207,04	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,11	0,00	13,12	52,93	0,02
Итого			410	21,49	28,73	35,12	347,61	4,79
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	128	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			128	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,11	3,47	5,11	56,62	7,25
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	200	0,93	0,15	6,01	29,36	5,13
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	0,84	4,09	4,94	60,34	0,92
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	110	1,82	1,99	14,82	84,56	7,50
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,10	0,00	12,31	49,58	0,02
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
Итого			750	11,77	14,08	66,65	467,86	10,37
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	190	3,54	2,83	13,83	96,32	17,77
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	183	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	2,83	0,41	37,97	166,83	0,00
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,10	0,00	12,31	49,58	0,02
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2008		ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	68	0,27	0,21	7,05	32,15	3,42
Итого			509	9,26	6,04	53,53	307,92	20,37
Всего				43,12	49,35	170,80	1 193,89	38,53

МЕНЮ

22 февраля 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,07	2,11	36,56	197,18	0,00
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,99	3,36	16,38	112,35	0,63
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,11	0,00	14,20	57,23	0,02
Итого			425	13,23	15,46	50,38	377,35	1,13
II Завтрак								
2008	442	СОКИ ПРЯМОГО ОТЖИМА	198	0,99	0,20	22,21	101,12	14,67
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,10	0,00	12,31	49,58	0,02
Итого			198	0,99	0,20	22,21	101,12	14,67
Обед								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	75	10,52	11,25	7,30	173,12	0,37
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергики)	45	7,89	8,89	0,00	111,55	0,00
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	45	0,72	6,84	5,40	86,40	3,51
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	1,38	3,37	8,68	71,33	5,92
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	2,11	0,39	17,88	83,71	6,50
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	155	2,65	2,12	10,37	70,91	6,25
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	125	2,06	1,80	16,77	91,68	8,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
Итого			728	18,85	24,53	63,65	552,76	16,05
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	145	25,44	13,08	23,14	313,27	0,22
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	125	2,06	1,80	16,77	91,68	8,48
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	218	6,54	4,36	10,68	107,80	1,20
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	200	0,11	0,00	14,06	56,66	0,02
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	96	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	32	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
Итого			491	35,06	20,64	67,32	570,07	16,62
Всего				68,13	60,83	203,56	1 601,30	48,47

МЕНЮ

26 февраля 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,31	0,49	17,70	79,10	5,08
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	15	0,75	1,18	9,11	39,40	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,07	2,11	36,56	197,18	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,10	0,00	13,10	52,79	0,02
Итого			415	11,31	11,19	65,40	389,50	6,08
II Завтрак								
2008	442	СОКИ ПРЯМОГО ОТЖИМА	181	0,91	0,18	20,31	92,48	13,42
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,13	0,00	13,17	53,19	0,03
Итого			181	0,91	0,18	20,31	92,48	13,42
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	52	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	75	8,08	15,30	7,51	153,24	0,19
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергики)	40	7,09	8,00	0,00	100,40	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	145	2,05	0,11	9,46	83,65	9,46
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	140	2,26	2,08	18,38	101,36	9,30
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,47	104,35	1,09
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	15	0,75	1,18	9,11	39,40	0,00
Итого			712	17,83	20,98	84,24	612,24	15,84
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	60	0,93	1,94	6,35	46,64	0,00
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергики)	40	7,09	8,00	0,00	100,40	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	140	2,70	2,33	18,23	92,35	8,56
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	140	2,26	2,08	18,38	101,36	9,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,91	7,31	25,54	106,09	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	15	0,75	1,18	9,11	39,40	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
		ЯБЛОКО (аллергики)	76	0,31	0,31	7,48	35,86	7,63
Итого			545	17,58	16,31	68,73	506,48	11,86
Всего				47,63	48,66	238,68	1 600,70	47,20

Медицинская сестра _____

МЕНЮ

27 февраля 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,19	6,49	9,40	64,86	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	14	0,69	1,10	8,50	36,77	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,64	2,26	39,17	211,27	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,11	0,00	12,68	51,13	0,02
Итого			415	12,39	17,29	50,00	344,86	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОКИ ПРЯМОГО ОТЖИМА	179	0,90	0,18	20,08	91,45	13,27
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
Итого			179	0,90	0,18	20,08	91,45	13,27
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	1,48	2,23	11,37	71,71	6,30
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	2,28	0,42	19,13	89,62	7,20
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17,56	7,68	7,06	169,34	12,64
		ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ (аллергики)	35	6,31	7,11	0,00	89,24	0,00
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	140	2,23	6,42	12,46	116,34	8,56
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	145	2,33	2,09	18,97	104,17	9,60
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	17,82	67,72	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,10	0,00	12,31	49,58	0,02
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	14	0,69	1,10	8,50	36,77	0,00
Итого			712	25,57	17,32	75,61	559,21	29,50
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	95	17,17	8,73	15,62	214,37	0,19
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	145	2,33	2,09	18,97	104,17	9,60
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	45	0,81	2,27	6,15	48,34	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	162	4,86	3,24	7,94	80,11	0,89
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	91	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,27	6,89	27,94	128,04	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	14	0,69	1,10	8,50	36,77	0,00
Итого			453	27,91	21,33	65,15	508,86	16,38
Всего				66,77	56,12	210,84	1 504,38	60,15

МЕНЮ

28 февраля 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,50	2,70	3,00	40,50	2,20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,25	20,79	2,87	147,51	0,20
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,47	2,22	38,38	207,04	0,00
	TK№043	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,72	3,14	15,29	104,86	0,59
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
Итого			405	23,71	30,73	28,16	354,87	2,99
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	134	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			134	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,42	0,05	3,82	40,06	1,46
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	1,28	3,57	8,92	73,19	3,37
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,47	0,28	11,17	53,27	5,55
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	75	2,30	7,14	11,23	118,58	0,09
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	140	2,28	5,32	14,82	115,71	6,27
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	100	1,63	2,27	13,28	80,18	6,72
	TK№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,13	0,00	0,27	1,60	0,03
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
Итого			709	10,26	17,03	69,29	566,54	11,19
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145	2,13	1,94	9,51	85,36	5,72
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	100	1,63	1,95	13,28	77,28	6,72
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK№018	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (аллергики)	10	0,49	0,79	6,07	26,27	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,13	0,00	13,17	53,19	0,03
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			554	15,42	14,18	76,31	510,86	6,22
Всего				49,99	62,44	189,26	1 502,77	23,40