



МЕНЮ

21 февраля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,96	22,99	2,22	271,89	0,16
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,77	1,80	2,18	27,87	1,02
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	43	4,72	8,53	11,05	140,59	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,89	2,78	21,11	122,20	0,38
Итого			418	23,33	36,23	42,92	593,14	1,60
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	1,49	0,49	20,97	95,86	4,12
Итого			100	1,49	0,49	20,97	95,86	4,12
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	5,29	7,51	12,93	141,07	5,16
		БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	70	10,69	10,53	2,06	145,70	0,01
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	130	4,48	3,01	27,60	156,07	1,86
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,13	12,25	58,75	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,61	0,21	10,28	49,46	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	21,50	101,84	72,00
Итого			610	24,54	21,63	86,62	652,89	79,03
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	5,76	4,96	7,94	105,22	1,39
		ВАТРУШКА "ЛАКОМКА"	70	10,49	16,76	20,45	276,40	0,10
Итого			270	16,25	21,72	28,39	381,62	1,49
Всего				65,61	80,07	178,90	1 723,51	86,24

Бухгалтер Кротова Н.Н.

повар Легаева В.А.



МЕНЮ

21 февраля 2024 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,35	21,01	2,32	248,04	0,18
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	30	0,83	1,81	2,34	28,84	1,12
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	3,30	6,23	10,75	112,49	0,02
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	0,99	0,18	5,01	26,10	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,06	2,66	7,94	59,03	1,19
Итого			355	20,53	31,89	28,36	474,50	2,51
II Завтрак								
к/к	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,54	0,51	21,62	98,82	10,29
Итого			100	1,54	0,51	21,62	98,82	10,29
Обед								
		РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	5,06	7,59	10,95	133,05	4,33
		БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	50	7,64	7,51	1,49	104,18	0,01
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	3,78	2,54	23,34	132,01	1,56
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,10	0,10	7,30	35,25	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,99	0,18	5,01	26,10	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,53	0,23	18,30	44,25	25,00
Итого			490	19,10	18,15	66,39	474,84	30,90
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	5,76	4,96	7,94	105,22	1,39
		ВАТРУШКА "ЛАКОМКА"	55	10,58	17,73	20,47	285,56	0,10
Итого			205	16,34	22,69	28,41	390,78	1,49
Всего				57,51	73,24	144,78	1 438,94	45,19

Бухгалтер  Кротова Н.Н.

повар  Легаева В.А.



МЕНЮ

20 февраля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,62	4,14	17,45	126,33	0,50
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	16	3,60	4,80	0,00	60,00	0,12
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,27	0,15	14,78	70,86	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,61	0,21	10,28	49,46	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,45	3,36	24,48	142,72	0,56
Итого			431	15,55	12,66	66,99	449,37	1,18
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	50	0,73	2,55	4,40	43,97	2,35
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	11,18	2,99	14,46	130,01	7,52
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,70	10,69	6,76	165,91	0,09
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,07	5,22	13,44	114,87	27,51
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,13	12,25	58,75	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	13	0,83	0,11	5,34	25,71	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,18	0,18	25,11	103,50	1,80
Итого			648	28,57	21,87	81,76	642,72	39,27
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
2008		ВАФЛИ	50	1,39	1,65	38,56	174,58	0,00
Итого			250	7,02	7,86	47,68	290,98	1,04
Всего				51,54	42,79	206,23	1 430,07	51,49

Бухгалтер _____ Кропотова Н.Н.

повар _____ Легаева В.А.





МЕНЮ

22 февраля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С МАСЛОМ И САХАРОМ	150	4,47	5,84	25,26	172,31	0,52
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,51	4,13	9,78	82,22	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,61	0,21	10,28	49,46	0,00
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,35	1,40	10,93	61,98	0,26
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94	0,00
Итого			400	10,42	11,70	65,99	411,91	0,78
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008	41	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,76	1,99	4,57	39,55	7,21
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,07	4,40	13,57	110,39	0,71
2008	248	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	9,78	7,68	4,26	125,37	0,22
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,53	4,51	20,44	132,63	10,32
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,05	0,14	6,73	32,37	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,15	0,25	20,71	97,72	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	13,94	55,74	0,00
Итого			665	21,34	18,97	84,22	593,77	18,46
Полдник								
		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	100	20,04	13,58	18,65	280,81	0,24
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,00	36,05	0,03
Итого			280	20,10	13,60	27,65	316,86	0,27
Всего				52,36	44,37	187,96	1 365,54	21,51

Бухгалтер _____  Кротова Н.Н.

повар _____  Легаева В.А.



МЕНЮ

22 февраля 2024 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С МАСЛОМ И САХАРОМ	130	3,73	4,91	21,64	146,42	0,43
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,11	0,14	47,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,48	0,17	16,17	77,55	0,00
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,14	1,01	8,18	50,29	1,00
Итого			350	9,41	11,46	58,85	382,45	1,43
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,05	0,00	9,64	40,45	1,91
Итого			100	0,05	0,00	9,64	40,45	1,91
Обед								
2008	41	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,46	1,18	2,74	23,74	4,33
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,02	4,69	9,25	95,34	0,62
2008	248	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50	6,97	5,48	3,00	89,42	0,16
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,16	4,59	17,43	119,89	8,80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,99	0,18	5,01	26,10	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,75	0,05	4,90	23,50	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
Итого			515	15,35	16,17	53,95	424,43	13,91
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,06	0,00	7,40	29,75	0,01
		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	100	19,81	13,56	17,10	273,63	0,24
Итого			250	19,87	13,56	24,50	303,38	0,25
Всего				44,68	41,19	146,94	1 150,71	17,50

Бухгалтер _____ Кротова Н.Н.

повар _____ Легаева В.А.



МЕНЮ

19 февраля 2024 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	130	4,30	4,76	22,45	150,27	0,26
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,25	4,19	14,64	105,20	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	9,27	37,85	3,45
Итого			365	7,99	9,15	54,84	334,11	3,71
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,07	0,00	14,54	61,06	2,88
Итого			100	0,07	0,00	14,54	61,06	2,88
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	4,71	5,37	8,44	101,11	7,19
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	50	10,04	12,25	2,11	158,59	0,50
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	20	0,24	0,96	1,52	8,00	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,27	5,06	28,49	173,80	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	0,66	0,09	4,24	20,40	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	1,50	0,10	9,70	46,00	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	150	0,05	0,02	9,79	36,73	1,50
Итого			500	23,47	23,85	64,29	544,63	9,19
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,02	7,50	30,04	0,02
2012	466	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,88	2,36	23,55	166,00	0,00
Итого			200	3,93	2,38	31,05	196,04	0,02
Всего				35,46	35,38	164,72	1 135,84	15,80

Бухгалтер Кротова Н.Н.

повар Легаева В.А.



МЕНЮ

19 февраля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	150	4,69	5,21	25,55	168,15	0,24
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,25	4,19	14,64	105,20	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	2,00	14,90	76,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,96	0,13	6,17	29,67	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	9,27	37,85	0,00
Итого			400	9,52	11,55	70,53	416,87	0,24
II Завтрак								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
Итого			100	0,49	0,10	9,80	41,71	0,80
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180/16	4,68	5,18	8,57	99,73	6,98
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	9,21	12,11	3,81	160,87	0,52
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	20	0,27	0,97	1,47	15,94	0,58
		КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	130	7,13	5,30	32,26	205,08	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,15	14,55	69,00	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	25,38	101,54	0,00
Итого			646	24,82	23,88	94,27	691,73	8,08
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,00	36,05	0,03
		СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	6,04	3,32	40,97	217,63	0,00
Итого			250	6,10	3,34	49,97	253,68	0,03
Всего				40,93	38,87	224,57	1 403,99	9,15

Бухгалтер  Кротова Н.Н.

повар  Легаева В.А.