

Меню на 13.03 2025г Темвер Утверждаю: Заведующий М.А.Д.Каргина
 Категория: дети от 1,5 до 4 лет.

Название блюд и продуктов, № технологической карты	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				Энергетическая ценность (ккал)
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Каша ячневая молочная (№11)			150	4,43	8,90	32,53	230,57
крупка ячневая	15	15					
масло сливочное	4	4					
сахар	4	4					
молоко	130	130					
Хлеб пшеничный с маслом и сыром (№51,35)			177,5	0,049 13,9	5,46 13,2	0,07 31,95	49,6 307,8
масло сливочное	7	7					
сыр	7,5	7,5					
Какао с молоком (№31)			150	2,64	2,79	19,12	108,90
Какао	2,0	2,0					
сахар	5	5					
молоко	90	90					
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:							
Яблоко	115	100	100	0,52	0	13,5	58,5
ОБЕД							
Салат «Зимний» (№ 42)			45	0,63	5,09	4,23	66
Картофель	80	63					
Огурец маринованный	20	15					
масло растительное	4	4					
Горошек консервированный	20	12					
Лук репчатый	5	4					
Суп с макаронными изделиями (№1)			200	2,3	4,0	16,0	100,3
картофель	400	300					
Макароны, лапша, вермишель, фигурные изделия	6	6					
лук репчатый	48	40					
морковь	50	40					
масло растительное	10	10					
Бульон или вода	700	700					
сметана	7	7					
Капуста тушеная с мясом (№13)			80/15	14,4	10,8	8,9	247,4
Мясо курица	32,4	31					
лук репчатый	12	10					
Капуста свежая	250	200					
морковь	12	10					
томат	5	5					
масло растительное	5	5					
Компот (№27)			150	0,15	0	17,5	68,0
сухофрукты			12	11			
сахар			12	12			
ПОЛДНИК							
яйцо	60	60					
Чай сладкий (№25)			150	3,64	4,10	18,1	120,6
Чай заварка	0,6	0,6					
сахар	12	12					
УЖИН							
Омлет (№18)			80	7,8	12,3	1,4	148,2
яйцо	47	41					
молоко	50	50					
масло сливочное	3	3					
соль	0,7	0,7					
Чай с сахаром и молоком (№24)			150	2,6	2,9	16,10	98,6
чай заварка	0,6	0,6					
сахар	12	12					
молоко	90	90					
Хлеб пшеничный							
За весь день:							
Хлеб ржаной			30	1,98	0,36	10,26	54,3
Хлеб пшеничный			60	4,62	1,8	29,8	157,2



Меню на 13.03 2025г Темвер Утверждаю: Заведующий П.А.Каргина
 Категория: дети от 4 до 7 лет.



Название блюд и продуктов, № технологической карты	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				Энерг. ценность (ккал)
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Каша ячневая молочная (№11)		200		6,4	9,7	22,3	202,3
крупя ячневая	20	20					
масло сливочное	5	5					
сахар	5	5					
молоко	150	150					
Хлеб пшеничный с маслом и сыром (№51,35)			/ 10/12,5	0,049	5,46	0,07	49,6
масло сливочное	10	10		13,9	13,2	31,95	307,8
сыр	12,5	12,5					
Какао с молоком (№31)			200	4,4	4,8	23,4	145,6
Какао	2,0	2,0					
сахар	15	15					
молоко	140	140					
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	130	115	115	0,52	0	13,5	58,5
Яблоко							
ОБЕД							
Салат «Зимний» (№ 42)			60	0,63	5,09	4,23	66
Картофель	80	63					
Огурец маринованный	20	12					
масло растительное	6	5					
Горошек консервированный	20	12					
Лук репчатый	5	4					
Суп с макаронными изделиями (№1)		200		2,6	1,66	18,0	108,0
картофель	50	35					
Макароны, лапша, вермишель, фигурные изделия	16	16					
лук репчатый	48	40					
морковь	15	10					
масло растительное	3	3					
Бульон или вода	700	700					
Капуста тушеная с мясом (№13)		80		14,4	10,8	8,9	247,4
Мясо говядина	100	70					
лук репчатый	8	6					
Капуста свежая	250	200					
морковь	12	10					
*томат	5	5					
масло растительное	5	5					
Кисель (№28)		200		1,36	0	29,02	116,19
ПОЛДНИК							
Печенье	30	30					
Какао на молоке			200	4,4	4,8	23,4	145,6
Какао	2	2					
сахар	15	15					
молоко	140	140					
За весь день:							
Хлеб ржаной			40	2,64	0,48	13,68	72,4
Хлеб пшеничный			80	6,2	2,4	39,4	208,0