



МЕНЮ
16 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,8	3	16	111	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,4	2	10,6	72	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30/4	2,3	3,6	15,1	102	0
Итого			364	9,5	8,6	41,7	285	0,9
Обед								
2012	73	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА К/Б (картофель, лук репчатый, морковь, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, сметана 15% жирности, крупа перловая)	150/6	1,6	3,1	9,4	74	3,1
2012	137	ОВОЩНОЕ РАГУ С КУРИНЫМ МЯСОМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, кури потрош. 1 категории)	160	8,8	8,7	13	165	15,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			506	13	12,2	46,2	348	18,6
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	467	ПЛЮШКА С САХАРОМ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	60	4,4	3,2	24,7	144	0,1
Итого			210	8,7	6,9	31,7	223	0,9
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	40	0,6	0,9	3,3	23	1,6
2012	248	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С ТОМАТНОЙ ПОДЛИВОЙ (рыба минтай неразделанный, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), соль йодированная, томатная паста, вода питьевая, мука пшеничная высш. сорт)	110/40	12,4	2,7	14,3	132	2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		7	29	0
Итого			400	15,4	3,8	39,7	255	3,6
Всего				46,6	31,5	159,3	1111	24



МЕНЮ
16 апреля 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	3,4	19,5	131	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	2,8	2,4	12,1	82	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40/6	3,1	5,2	20,1	140	0
Итого			446	11,5	11	51,7	353	1,1
Обед								
2012	73	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА К/Б (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, крупа перловая, соль йодированная, морковь, сметана 15% жирности)	200/8	1,8	4,3	11,2	95	3,5
2012	137	ОВОЩНОЕ РАГУ С КУРИНЫМ МЯСОМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, кури потрош. 1 категории, томатная паста)	200	10,6	11	15,5	203	19,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			658	15,7	15,7	55,7	431	22,7
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	467	ПЛЮШКА С САХАРОМ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности)	60	5	3,3	29	165	0,1
Итого			260	10,6	8,2	38,3	270	1,1
Ужин								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	0,9	1,1	4,9	33	2,4
2012	248	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С ТОМАТНОЙ ПОДЛИВОЙ (рыба минтай неразделанный, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), соль йодированная, томатная паста, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт)	110/40	12,3	2,8	14,2	133	2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2012	391	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		8,1	33	0
Итого			450	16,4	4,1	47,3	294	4,4
Всего				54,2	39	193	1348	29,3