


# МЕНЮ

1 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок,	160	4,4	4,9	14,8	122	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука	30	2,3	4,3	15,1	108	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая,	160	3,2	2,7	12,4	87	0,6
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>9,9</b>	<b>11,9</b>	<b>42,3</b>	<b>317</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла, масло подсолнечное рафинированое)	40	0,7	5	3,9	63	1,8
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО (мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь,	150	4,5	8,3	21	175	5,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, соль	80	8	8	10,1	146	19,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог.	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода	150			6,8	27	0
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>15,8</b>	<b>21,7</b>	<b>58,8</b>	<b>493</b>	<b>26,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008		МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (морковь, масло подсолнечное рафинированое,	40	0,8	2,1	6	47	3
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В (рыба минтай неразделанный, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности,	120	18	14,1	6,6	226	0,4
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	4,7	0,4	30,7	145	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар	200			6,8	27	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>23,5</b>	<b>16,6</b>	<b>50,1</b>	<b>445</b>	<b>3,4</b>
<b>Ужин</b>								
2012	460	БУЛОЧКА "К ЧАЮ" (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), дрожжи,	60	5,3	5,3	26,8	174	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	140	4	3,4	6,5	73	0,7
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>9,3</b>	<b>8,7</b>	<b>33,3</b>	<b>247</b>	<b>0,9</b>

Всего	58,9	59,3	194,3	1549	42,2
-------	------	------	-------	------	------

Утверждено:  
Заведующий структурным подразделением  
«Детский сад №17 комбинированного вида»  
 О.И.Смирнова

## МЕНЮ

1 апреля 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5%)	180	5,5	7,5	22,3	180	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука)	40	2,7	4,3	17,6	120	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая,	180	3,3	2,7	13,2	91	0,6
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>11,5</b>	<b>14,5</b>	<b>53,1</b>	<b>391</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,7	5,2	3,9	65	1,8
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО (мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь,	160	5,3	7,4	26,5	192	6,2
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, соль йодированная, куры	150	9,4	13,7	8,7	198	28,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог.	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода	190			6,9	27	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>18,7</b>	<b>26,7</b>	<b>67,2</b>	<b>584</b>	<b>36,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008		МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ (морковь, масло подсолнечное рафинированное,	60	0,8	2,2	6,1	48	3
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ОМЛЕТЕ (рыба минтай неразделанный, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности,	150	14,2	10,3	8,2	184	0,4
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	2,6	0,2	17,1	80	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар	200			6,9	27	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>17,6</b>	<b>12,7</b>	<b>38,3</b>	<b>339</b>	<b>3,4</b>
<b>Ужин</b>								
2012	460	БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	60	5,9	5,3	30,2	190	0,2

		(мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), дрожжи,						
2008	434	<b>МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ</b> (молоко пастер. 2,5% жирности)	190	5,8	5	9,6	107	2,9
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>11,7</b>	<b>10,3</b>	<b>39,8</b>	<b>297</b>	<b>3,1</b>
<b>Всего</b>				<b>59,9</b>	<b>64,6</b>	<b>208,2</b>	<b>1658</b>	<b>53,8</b>

