

## МЕНЮ

6 марта 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	<b>КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ</b> (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	160	5,1	5,5	22	159	0,6
2012		<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ</b> (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	4,5	15,1	110	0
2012	395	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С</b> (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	160	2,4	2	7,8	60	0,4
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>9,8</b>	<b>12</b>	<b>44,9</b>	<b>329</b>	<b>1</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	<b>САЛАТ "СВЕКОЛКА"</b> (свекла, масло подсолнечное рафинированое)	30	0,6	1,8	3,4	33	1,6
2008	99	<b>СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ</b> (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сметана 15% жирности, масло подсолнечное рафинированое)	150	5,9	5,9	21,1	162	6,2
2008	346	<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ</b> (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, кури полупотр. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое)	80	9,2	11,9	10,2	186	19,9
2008		<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	402	<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ</b> (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,8	27	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>18,3</b>	<b>20</b>	<b>58,5</b>	<b>490</b>	<b>27,7</b>
<b>Полдник</b>								
2012	55	<b>ИКРА ОВОЩНАЯ</b> (свекла, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое)	60	0,9	2,9	5,2	51	2,3
2012	249	<b>РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ</b> (рыба минтай неразделанный, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое)	120	15,4	10,4	6,1	180	0,4
2008		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧ.ФОРМОЙ МУКА</b> (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008	430	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180			6,8	27	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>19,4</b>	<b>13,5</b>	<b>38,2</b>	<b>353</b>	<b>2,7</b>
<b>Ужин</b>								
2008		<b>ПЕЧЕНЬЕ</b> (печенье сахарное мука высш.сорт)	40	3	3,9	29,8	167	0
2012	400	<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b> (молоко пастер. 2,5% жирности)	160	4,5	3,9	7,5	84	0,8

Итого	200	7,5	7,8	37,3	251	0,8
Всего		55	53,3	178,9	1423	32,2

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

## МЕНЮ

6 марта 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль)	180	5,3	5,2	23,1	161	0,6
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука)	40	2,7	4,3	17,6	120	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар)	180	2,8	2,4	11,1	78	0,5
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>10,8</b>	<b>11,9</b>	<b>51,8</b>	<b>359</b>	<b>1,1</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,8	1,9	4,3	37	2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, хлеб пшеничн.формовой мука)	180	6,7	7,4	24,2	191	7,1
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, соль йодированная, куры полупотр. 1)	140	10,5	15,1	9	215	28
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			6,8	27	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>21,3</b>	<b>24,8</b>	<b>65,5</b>	<b>572</b>	<b>37,1</b>
<b>Полдник</b>								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ (свекла, морковь, лук репчатый, масло)	60	1,2	2	6,9	51	3
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба минтай неразделанный, мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло)	150	17	13,7	7,1	220	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧ.ФОРМОЙ МУКА (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			6,8	27	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>21,3</b>	<b>15,9</b>	<b>40,9</b>	<b>393</b>	<b>3,4</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	50	3,8	4,9	37,2	209	0
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>9,4</b>	<b>9,8</b>	<b>46,5</b>	<b>314</b>	<b>1</b>

Bcero	62,8	62,4	204,7	1638	42,6
-------	------	------	-------	------	------