

МЕНЮ

7 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ВЯЗКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, вода	160	5	6,1	17,8	148	0,6
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука	30	2,3	4,5	15,1	110	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5%	160	2,3	1,9	11,3	73	0,4
Итого			350	9,6	12,5	44,2	331	1
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,5	1,9	2,5	30	1,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ НА (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль	150	2,5	7,3	12,1	125	13,3
2008	192	ЗАПЕКАНКА ПШЕННАЯ С МЯСОМ (пшено, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, куры полупотр. 1	120	14,2	16,8	25,1	309	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7	28	0
Итого			500	19,8	26,4	63,7	574	15,3
Полдник								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, масло	160	3,8	3,8	12,2	98	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧ.ФОРМОЙ МУКА (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,8	0,3	25,1	118	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			7	28	0
Итого			400	3,8	3,8	19,2	126	0,6
Ужин								
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука	40	7,1	5,3	20,1	158	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	160	4,5	3,9	7,5	84	0,8
Итого			200	11,6	9,2	27,6	242	0,9
Всего				44,8	51,9	154,7	1273	17,8

МЕНЮ

7 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ВЯЗКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, вода	180	5,5	7	18,5	160	0,5
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука	40	2,7	4,4	17,8	122	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5%	180	2,6	2,2	11,6	77	0,5
Итого			400	10,8	13,6	47,9	359	1
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,9	3	5,1	51	2,4
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ НА (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль	180	2,8	7,2	14,3	134	15,8
2008	192	ЗАПЕКАНКА ПШЕННАЯ С МЯСОМ (пшено, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, куры полупотр. 1	140	15,6	18,1	25,5	327	0,9
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
Итого			610	22,6	28,7	72,9	641	19,1
Полдник								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа рисовая, масло	180	4,8	5,5	19,9	149	0,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧ.ФОРМОЙ МУКА (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,8	0,3	25,1	118	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			6,8	27	0
Итого			430	4,8	5,5	26,7	176	0,6
Ужин								
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука	60	7,8	6,1	20,1	168	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	190	5,3	4,7	8,8	100	1
Итого			250	13,1	10,8	28,9	268	1,1
Всего				51,3	58,6	176,4	1444	21,8

