

# МЕНЮ

11 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                    | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С,<br>мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|--------------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                       |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                          |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                               |                          |
| 2008                          | 184                 | КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ<br>(крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль                                                | 160   | 4,7               | 4,5        | 20,4             | 142                                           | 0,5                      |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука                                                   | 30    | 2,3               | 4,5        | 15,1             | 110                                           | 0                        |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар                                                 | 160   | 3,1               | 2,6        | 11,8             | 84                                            | 0,5                      |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                       | 350   | 10,1              | 11,6       | 47,3             | 336                                           | 1                        |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                               |                          |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(яблоки)                                                                                                                    | 100   | 0,4               | 0,4        | 8,6              | 41                                            | 8,8                      |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                       | 100   | 0,4               | 0,4        | 8,6              | 41                                            | 8,8                      |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                               |                          |
| 2012                          | 77                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное                                                     | 150   | 4                 | 5,6        | 10,5             | 109                                           | 5,2                      |
| 2012                          | 406                 | ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ<br>(капуста белокочанная, картофель, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куры полупотр. 1        | 100   | 7,9               | 10,4       | 12,8             | 177                                           | 18                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                          | 40    | 2,6               | 0,4        | 17               | 82                                            | 0                        |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                   | 160   |                   |            | 7                | 28                                            | 0                        |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                       | 450   | 14,5              | 16,4       | 47,3             | 396                                           | 23,2                     |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                               |                          |
| 2008                          | 50                  | САЛАТ "СВЕКОЛКА"<br>(свекла, масло подсолнечное рафинированное)                                                                       | 50    | 1,2               | 10,1       | 6,7              | 122                                           | 3,2                      |
| 2012                          | 84                  | СУП РЫБНЫЙ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное                                                                   | 160   | 6,2               | 2,4        | 10,7             | 90                                            | 5,5                      |
| 2012                          | 115                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                              | 30    | 2,2               | 0,2        | 14,6             | 69                                            | 0                        |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                    | 160   |                   |            | 7                | 28                                            | 0                        |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                       | 400   | 9,6               | 12,7       | 39               | 309                                           | 8,7                      |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                               |                          |
| 2012                          | 460                 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ<br>(мука пшеничная высш.сорт, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко | 60    | 10,7              | 8,6        | 28,2             | 234                                           | 0,3                      |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                    | 140   | 4                 | 3,4        | 6,5              | 73                                            | 0,7                      |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                       | 200   | 14,7              | 12         | 34,7             | 307                                           | 1                        |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                       |       | 49,3              | 53,1       | 176,9            | 1389                                          | 42,7                     |

# МЕНЮ

11 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                    | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С,<br>мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|--------------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                       |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                          |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                               |                          |
| 2008                          | 184                 | КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ<br>(крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль                                                | 160   | 4,7               | 4,5        | 20,4             | 142                                           | 0,5                      |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука                                                   | 30    | 2,3               | 4,5        | 15,1             | 110                                           | 0                        |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар                                                 | 160   | 3,1               | 2,6        | 11,8             | 84                                            | 0,5                      |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                       | 350   | 10,1              | 11,6       | 47,3             | 336                                           | 1                        |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                               |                          |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(яблоки)                                                                                                                    | 100   | 0,4               | 0,4        | 8,6              | 41                                            | 8,8                      |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                       | 100   | 0,4               | 0,4        | 8,6              | 41                                            | 8,8                      |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                               |                          |
| 2012                          | 77                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное                                                     | 150   | 4                 | 5,6        | 10,5             | 109                                           | 5,2                      |
| 2012                          | 406                 | ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ<br>(капуста белокочанная, картофель, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куры полупотр. 1        | 100   | 7,9               | 10,4       | 12,8             | 177                                           | 18                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                          | 40    | 2,6               | 0,4        | 17               | 82                                            | 0                        |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)                                                                   | 160   |                   |            | 7                | 28                                            | 0                        |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                       | 450   | 14,5              | 16,4       | 47,3             | 396                                           | 23,2                     |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                               |                          |
| 2008                          | 50                  | САЛАТ "СВЕКОЛКА"<br>(свекла, масло подсолнечное рафинированное)                                                                       | 50    | 1,2               | 10,1       | 6,7              | 122                                           | 3,2                      |
| 2012                          | 84                  | СУП РЫБНЫЙ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное                                                                   | 160   | 6,2               | 2,4        | 10,7             | 90                                            | 5,5                      |
| 2012                          | 115                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)                                                                              | 30    | 2,2               | 0,2        | 14,6             | 69                                            | 0                        |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                    | 160   |                   |            | 7                | 28                                            | 0                        |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                       | 400   | 9,6               | 12,7       | 39               | 309                                           | 8,7                      |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                               |                          |
| 2012                          | 460                 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ<br>(мука пшеничная высш.сорт, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко | 60    | 10,7              | 8,6        | 28,2             | 234                                           | 0,3                      |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                    | 140   | 4                 | 3,4        | 6,5              | 73                                            | 0,7                      |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                       | 200   | 14,7              | 12         | 34,7             | 307                                           | 1                        |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                       |       | 49,3              | 53,1       | 176,9            | 1389                                          | 42,7                     |



