

## МЕНЮ

12 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	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5%)	160	4,8	6,9	19,3	160	0,6
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука)	30	2,6	4,5	16,8	118	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5%)	160	2	1,6	11	67	0,4
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>9,4</b>	<b>13</b>	<b>47,1</b>	<b>345</b>	<b>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 рафинированное)	30	0,9	3,1	5,1	52	2,4
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО (мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь,	140	4,5	8,3	21,1	178	5,2
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, свинина мясная,	50	10,4	21,4	9,5	270	0,2
2012	425	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ (вода питьевая, масло сладко-сливочное)	50	11,1	5	23,2	182	0
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)	140			6,7	27	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>29,5</b>	<b>38,2</b>	<b>82,6</b>	<b>791</b>	<b>7,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	30	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное)	40	1	3,2	7,5	63	4,4
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая,	150	6,3	7,3	27,4	201	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3	0,2	19,5	92	0
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	170			6,7	27	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>10,3</b>	<b>10,7</b>	<b>61,1</b>	<b>383</b>	<b>4,4</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	40	3	3,9	29,8	167	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	160	4,5	3,9	7,5	84	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>7,5</b>	<b>7,8</b>	<b>37,3</b>	<b>251</b>	<b>0,8</b>

Всего	57,1	70,1	237,9	1817	24
-------	------	------	-------	------	----

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

## МЕНЮ

12 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 ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок,	180	5,8	5,9	19,5	155	0,6
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука	40	2,7	4,4	17,6	121	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая,	180	2,7	2,2	12,3	80	0,5
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>11,2</b>	<b>12,5</b>	<b>49,4</b>	<b>356</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	0,8	3	4,5	48	2,1
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	8,4	26,5	201	6,2
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, свинина	70	12,1	24,1	12,2	314	0,2
2012	425	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ (вода питьевая, масло сладко-сливочное	100	12,2	5	25,6	196	0
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	180			6,8	27	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>33,7</b>	<b>40,9</b>	<b>96,8</b>	<b>888</b>	<b>8,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	30	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное	50	1	3,1	7,6	63	4,4
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая,	150	8	8,7	30,8	233	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,7	0,3	24,3	115	0
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар	200			6,8	27	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>12,7</b>	<b>12,1</b>	<b>69,5</b>	<b>438</b>	<b>4,4</b>

<b>Ужин</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш. сорт)	50	3,8	4,9	37,2	209	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ (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>
<b>Всего</b>				<b>67,4</b>	<b>75,7</b>	<b>272</b>	<b>2043</b>	<b>25</b>

---

