

МЕНЮ

13 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 (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, вода	160	6	6,8	21,9	174	0,6
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука	30	2,3	4,5	15,1	110	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар	160	3,1	2,6	11,8	84	0,5
Итого			350	11,4	13,9	48,8	368	1,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ (свекла, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное	40	1	3,2	5,5	54	2,5
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ НА (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль	150	2,6	4,8	13,2	107	15,3
2012	133	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ (вода питьевая, соль йодированная, картофель, масло подсолнечное	70	8,9	10	19,3	204	10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			7	28	0
Итого			450	15,1	18,4	62	475	27,8
Полдник								
2012	259	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (рыба минтай неразделанный, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное	70	11,2	4,4	9,7	120	0,4
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, соль	130	2,8	3,8	9,3	85	23,9
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	2,6	0,2	17,2	81	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150			7	28	0
Итого			400	16,6	8,4	43,2	314	24,3
Ужин								
2012	460	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер.	70	9,2	8,1	21	194	0,3
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	130	3,7	3,2	6	68	0,7
Итого			200	12,9	11,3	27	262	1

Всего	56,4	52,4	190,8	1466	64,2
-------	------	------	-------	------	------

Утверждено:
Заведующий структурным подразделением
«Детский сад №17 комбинированного вида»

О.И.Смирнова

МЕНЮ

13 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 (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, вода	180	6,7	8,9	24	203	0,7
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука	40	2,7	4,4	17,8	122	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар	180	3,1	2,6	11,7	83	0,5
Итого			400	12,5	15,9	53,5	408	1,2
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ (свекла, морковь, лук репчатый, масло	60	1,1	3,1	6,2	57	2,9
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ НА (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая,	180	3	4,8	14,7	114	17,2
2012	133	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С (вода питьевая, соль йодированная, картофель, масло подсолнечное	140	10,3	11,2	21,8	229	11,3
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	170			6,9	28	0
Итого			600	17,7	19,5	70,8	530	31,4
Полдник								
2012	259	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (рыба минтай неразделанный, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, масло подсолнечное	80	11,5	4,1	9,8	122	0,4
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, соль	150	3,6	4,4	11	100	32
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	2,6	0,2	17,1	81	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар	170			6,9	28	0
Итого			450	17,7	8,7	44,8	331	32,4
Ужин								
2012	460	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	80	11,2	11	25,8	248	0,3

		(мука пшеничная высш.сорт, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, молоко						
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	170	4,8	4,2	8	89	0,9
Итого			250	16	15,2	33,8	337	1,2
Всего				64,3	59,7	212,7	1653	76,2

