

МЕНЮ

17 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								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок,	160	4,2	5,3	15,1	126	0,4
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука	30	2,3	4,6	15,1	111	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар	160	2,8	2,4	11,1	78	0,5
Итого			350	9,3	12,3	41,3	315	0,9
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			100	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла, масло подсолнечное рафинированое)	30	0,5	1,2	2,5	23	1,2
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, хлеб пшеничн.формовой мука	150	5,9	5,8	25,2	177	6,9
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, соль йодированная, масло	80	8,8	21,7	5,1	253	15,9
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог.	40	2,8	0,4	17,7	85	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода	150			6,8	27	0
Итого			450	18	29,1	57,3	565	24
Полдник								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная, морковь, масло подсолнечное рафинированое,	50	0,6	1,7	1,6	24	4,7
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное	150	9	12,1	2,6	155	0,2
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	2,9	0,2	19,2	91	0
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар	160			6,3	25	0
Итого			400	12,5	14	29,7	295	4,9
Ужин								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	50	3,8	4,9	37,2	209	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4	3,4	6,6	74	0,7
Итого			200	7,8	8,3	43,8	283	0,7

2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	50	3,8	4,9	37,2	209	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,4	4,7	8,9	101	1
Итого			250	9,2	9,6	46,1	310	1
Всего				54,5	72	202,1	1685	54,6

