

МЕНЮ

20 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		
Завтрак								
2012	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло)	160	4,8	5,4	22,7	159	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	2,9	2,4	12,1	82	0,5
Итого			350	10	12,3	49,9	351	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								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла, масло подсолнечное рафинированое)	30	0,6	1,4	3,4	29	1,6
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С (мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь,	150	3,6	6,4	17,9	142	4,8
2012	301	МЯСО ПТИЦЫ ТУШЕННОЕ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая,	50	13	12,8	1,9	176	0,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло)	50	3,6	3,3	16,5	110	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)	150			2,8	11	0
Итого			470	23,4	24,3	59,5	550	6,9
Полдник								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ (свекла, морковь, лук репчатый, масло)	50	1,2	1,9	6,9	50	3
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь,	160	3,1	2,4	10	77	26,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	160			6,9	28	0
Итого			400	6,6	4,5	38,9	226	29,6
Ужин								
2012	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ" (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль)	50	5,7	7,8	27,4	203	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
Итого			200	10	11,5	34,4	282	0,8

Всего	50,4	53	192,5	1456	48,4
-------	------	----	-------	------	------

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

МЕНЮ

20 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		
Завтрак								
2012	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло)	180	5,3	5,7	30,7	197	0,7
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука)	40	2,7	4,3	17,8	122	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5%)	180	3,3	2,7	13,1	90	0,6
Итого			400	11,3	12,7	61,6	409	1,3
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								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,8	1,6	4,3	34	2
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С (мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь,	180	4,4	6,7	21,3	164	5,4
2012	301	МЯСО ПТИЦЫ ТУШЕННОЕ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая,	70	15,7	16,7	2,2	223	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло)	70	4,3	5,1	19,2	140	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			6,9	27	0
Итого			600	28,5	30,5	75,1	690	8
Полдник								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ (свекла, морковь, лук репчатый, масло)	50	1,2	1,9	6,9	49	3
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь,	180	3,7	3,4	12,2	97	32,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180			6,9	27	0
Итого			450	8	5,5	46,1	268	35,6
Ужин								
2012	485	БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	60	6,2	7,8	30,8	218	0

		(мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное, несоленое, яйца куриные (шт.), соль)							
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	190	5,3	4,7	8,8	100	1	
Итого			250	11,5	12,5	39,6	318	1	
Всего				59,7	61,6	232,2	1732	55,9	

