

## МЕНЮ

21 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности,	160	6,2	7,5	35,4	235	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука	30	2,3	4,3	15,1	108	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар	160	3	2,6	11,6	82	0,5
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>11,5</b>	<b>14,4</b>	<b>62,1</b>	<b>425</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	0,6	3	3,4	43	1,6
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ (картофель, сметана 15% жирности, свекла, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло сладко-	150	2,9	6	15	125	15
2008	311	ПЛОВ С МЯСОМ СВИНИНЫ (масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, соль йодированная, масло сладко-	70	10,8	24,8	26,7	375	0,9
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			5,8	23	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>16,9</b>	<b>34,2</b>	<b>67,9</b>	<b>648</b>	<b>17,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	336	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТЕРТАЯ (морковь, соль йодированная, масло	40	0,5	1,5	2,7	27	0,8
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С (мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, рыба минтай	80	16,4	1	6	99	1,1
2008	335	ПЮРЕ ГРОХОВОЕ (масло сладко-сливочное несоленое, горох лущеный, масло	100	7,8	5,9	16,3	149	0
2008	11	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	150			6,8	27	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>27</b>	<b>8,6</b>	<b>46,9</b>	<b>373</b>	<b>1,9</b>
<b>Ужин</b>								
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука	50	5,8	4,6	15,1	126	0,1
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар	150			16,4	66	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>4,6</b>	<b>31,5</b>	<b>192</b>	<b>0,1</b>

Всего	61,6	62,2	218,2	1685	30,6
-------	------	------	-------	------	------

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

## МЕНЮ

21 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности,	180	6,2	7,6	35,5	236	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука	40	2,7	4,4	17,6	121	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар	180	3,1	2,6	11,7	84	0,5
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>12</b>	<b>14,6</b>	<b>64,8</b>	<b>441</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)	50	0,8	4,1	4,3	56	2
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ (картофель, сметана 15% жирности, свекла, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло сладко-	180	2,9	6	14,9	126	15
2008	311	ПЛОВ С МЯСОМ СВИНИНЫ (масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, соль йодированная, масло сладко-	140	11,5	26,7	33,9	423	0,9
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	28	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>18,5</b>	<b>37,2</b>	<b>81,2</b>	<b>735</b>	<b>17,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	336	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТЕРТАЯ (морковь, соль йодированная, масло	40	0,5	1,5	2,7	26	0,8
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С (мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, рыба минтай	80	16,4	1	6	99	1,1
2008	335	ПЮРЕ ГРОХОВОЕ (масло сладко-сливочное несоленое, горох лущеный, масло	110	8,9	6,8	18,5	171	0
2008	11	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,8	0,3	25,1	118	0
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар	170			6,9	28	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>29,6</b>	<b>9,6</b>	<b>59,2</b>	<b>442</b>	<b>1,9</b>
<b>Ужин</b>								

2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука)	50	7,3	6,1	17,6	156	0,1
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар)	200			20,8	83	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>7,3</b>	<b>6,1</b>	<b>38,4</b>	<b>239</b>	<b>0,1</b>
<b>Всего</b>				<b>67,8</b>	<b>67,9</b>	<b>253,4</b>	<b>1904</b>	<b>31</b>

