

МЕНЮ

18 июля 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	190	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	3,3	3,1	19,5	118	0,3
2008	190	КАША МАННАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики) (крупа манная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	1,8	1,8	17,2	91	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	4		3,3		30	0
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	1,7	1,5	8,2	52	0,3
2012	395	КАКАО БЕЗМОЛОЧНОЕ (аллергики) (какао-порошок, сахар песок, вода питьевая)	180	0,2	0,2	5,9	26	0
Итого			364	7,2	8,1	42,3	269	0,6
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	200	1	0,2	19,6	83	1,6
Итого			200	1	0,2	19,6	83	1,6
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куры потрош. 1 категории, соль йодированная)	150	3	4	5,5	71	6,6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ (куры потрош. 1 категории, вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, томатная паста)	60	5,2	6,4	4	95	1,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	6	2,4	27,5	155	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			550	16,8	13,2	58,9	422	8,1
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С" (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	180			7,2	29	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,5	2	14,9	83	0
Итого			200	1,5	2	22,1	112	0
Ужин								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, лук репчатый, огурцы грунтовые)	30	0,6	1	2,9	24	4,9
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ОВОЩАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	150	2,5	2,4	20	112	10
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		7	28	0
Итого			390	5,4	3,6	44,5	233	14,9
Всего				31,9	27,1	187,4	1119	25,2

Повар _____

МЕНЮ

18 июля 2025 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	180	3,9	4,1	22,7	143	0,3
2008	190	КАША МАННАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики) (крупа манная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	180	2,2	2,6	19,9	111	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	2,8	0,2	18,5	88	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	5		4,1		37	0
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	2	1,7	9,7	62	0,3
2012	395	КАКАО БЕЗМОЛОЧНОЕ (аллергики) (какао-порошок, сахар песок, вода питьевая)	200	0,3	0,2	6,9	31	0
Итого			425	8,7	10,1	50,9	330	0,6
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок персиковый)	100	0,3		16	66	2,4
Итого			100	0,3		16	66	2,4
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куры потрош. 1 категории, соль йодированная)	180	3,6	4,4	6,3	81	7,6
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ (куры потрош. 1 категории, вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, томатная паста)	80	5,9	7,1	4,9	108	1,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	160	6,4	3,2	29	171	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,3	0,4	21	101	0
Итого			650	19,2	15,1	68	488	9,2
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С" (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	200			9,9	39	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	2,3	2,9	32,2	164	0
Ужин								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная, лук репчатый, огурцы грунтовые)	50	1	1	3,9	30	8,2
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ОВОЩАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко- сливочное несоленое)	160	2,6	5,1	21,1	141	10,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	2,8	0,2	18,5	88	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	200	0,1		7,1	29	0
Итого			450	6,5	6,3	50,6	288	18,8
Всего				37	34,4	217,7	1336	31

Повар _____