

# МЕНЮ

25 июля 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	187	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа ячневая, молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)	150	3,2	3,1	16,5	107	0,3
		КАША ЯЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики) (крупа ячневая, соль пищевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)	150	1,7	1,8	14,2	80	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	20	1,5	0,1	9,7	46	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	1,1	1	8,3	46	0,2
2008	432	КАКАО БЕЗМОЛОЧНОЕ (аллергики) (какао-порошок, вода питьевая, сахар песок)	180	0,2	0,2	6,9	30	0
<b>Итого</b>			<b>354</b>	<b>5,8</b>	<b>7,5</b>	<b>34,5</b>	<b>229</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	200	1	0,2	19,6	83	1,6
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>83</b>	<b>1,6</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, кури потрош. 1 категории, сметана 15% жирности)	150	4,2	4,8	13,2	116	3,3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, кури потрош. 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, томатная паста)	160	7,1	6,6	12,1	137	18,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>13,9</b>	<b>11,8</b>	<b>48,1</b>	<b>358</b>	<b>22,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ (молоко пастер. 2.5% жирности)	150	4,3	3,7	7	79	0,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики) (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,8	27	0
2012	470	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, яйца куриные (шт.))	60	4,1	2,6	24,8	138	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>8,4</b>	<b>6,3</b>	<b>31,8</b>	<b>217</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (огурцы соленые, капуста квашеная, свекла, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	40	1,1	1	3,2	28	5,8
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	6,3	3,6	28,8	173	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40	3	0,2	19,5	92	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		8	32	0
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>10,5</b>	<b>4,8</b>	<b>59,5</b>	<b>325</b>	<b>5,8</b>
<b>Всего</b>				<b>39,6</b>	<b>30,6</b>	<b>193,5</b>	<b>1212</b>	<b>30,8</b>

Повар \_\_\_\_\_

# МЕНЮ

25 июля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	187	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа ячневая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)	180	3,7	4,2	20,5	135	0,3
2008	187	КАША ЯЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики) (крупа ячневая, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	180	2,1	2,7	17,7	103	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15	71	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	1,5	1,2	9,7	55	0,2
2008	432	КАКАО БЕЗМОЛОЧНОЕ(аллергики) (какао-порошок, вода питьевая, сахар песок)	200	0,3	0,2	7,9	34	0
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>7,5</b>	<b>9,7</b>	<b>45,2</b>	<b>298</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок персиковый)	100	0,3		17,6	72	2,6
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,3</b>		<b>17,6</b>	<b>72</b>	<b>2,6</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА К/Б (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, кури потрош. 1 категории, сметана 15% жирности)	180	5,2	6,8	15,8	147	3,8
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, кури потрош. 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, томатная паста)	200	8,3	8,2	14,8	169	23,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,1	0,4	19,8	95	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>16,6</b>	<b>15,4</b>	<b>58,2</b>	<b>442</b>	<b>27,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,1	4,4	8,4	95	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики) (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			7,8	31	0
2012	470	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, яйца куриные (шт.))	80	4,5	2,7	26,8	149	0
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>9,6</b>	<b>7,1</b>	<b>35,2</b>	<b>244</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (огурцы соленые, капуста квашеная, свекла, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	0,9	1	3,8	29	4,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	160	6,7	3,3	30,5	179	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,4	0,3	22,4	106	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	200	0,1		9	36	0
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>11,1</b>	<b>4,6</b>	<b>65,7</b>	<b>350</b>	<b>4,7</b>
<b>Всего</b>				<b>45,1</b>	<b>36,8</b>	<b>221,9</b>	<b>1406</b>	<b>35,9</b>