

МЕНЮ

15 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	184	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,8	3,1	19,1	114	0,3
		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	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	0,8	0,5	7,9	39	0,1
Итого			354	5,1	7	36,7	229	0,4
II Завтрак								
2008	411	ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ НАПИТОК (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	180			6,1	25	0
Итого			180			6,1	25	0
Обед								
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель, капуста белокочанная, свекла, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности)	150	3,3	4,6	6,6	84	7
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПТИЦЕЙ (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	160	7,3	8,1	19,7	181	10,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			6,8	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			500	13,2	13,1	50,1	374	17,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5	4,4	8,3	94	0,9
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,5	2	14,9	83	0
Итого			200	6,5	6,4	23,2	177	0,9
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (рыба минтай неразделанный, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	60	8,6	3,3	4,4	80	0,2
2008		ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох лущеный, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	8,9	2,2	18,5	130	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		7	28	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3	0,2	19,5	92	0
Итого			400	20,6	5,7	49,4	330	0,2
Всего				45,4	32,2	165,5	1135	18,6

Повар _____

МЕНЮ

15 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	3,1	4	22,1	137	0,3
2008	189	КАША РИСОВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергии) (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	1,5	2,6	19,5	108	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,5	0,2	16,5	78	0
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	5		4,1		37	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	0,9	0,6	10,3	50	0,1
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗМОЛОЧНЫЙ (аллергии) (кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	200	0,2		9,1	37	0
Итого			595	8	11,5	68,4	410	0,4
II Завтрак								
2008	411	ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ НАПИТОК (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	180			7,3	29	0
Итого			180			7,3	29	0
Обед								
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ (картофель, капуста белокочанная, свекла, морковь, лук репчатый, кури потрош. 1 категории, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности)	180	4	6,2	8,1	107	8,5
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПТИЦЕЙ (кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	200	8,5	9,7	24,6	221	12,6
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	3,6	0,5	23,3	112	0
Итого			610	16,1	16,4	63,8	471	21,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергии) (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			7,8	31	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	7,9	7,8	31,6	230	1
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (рыба минтай неразделанный, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	80	10,1	4,7	6,3	106	0,3
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (аллергии) (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, яйца куриные (шт.), лук репчатый, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	80	8,4	2,8	9,7	96	0,4
2008		ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох лущеный, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	8,9	2,2	18,5	130	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	50	3,8	0,3	24,5	116	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	200	0,1		8,1	32	0
Итого			530	31,3	10	67,1	480	0,7
Всего				63,3	45,7	238,2	1620	23,2

Повар _____