



МЕНЮ

30 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	3,34	4,58	14,84	114,20	0,26
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,16	3,50	13,71	94,84	0,00
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,95	0,05	44,88	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,64	1,36	8,24	52,21	0,26
2008	433	КАКАО БЕЗМОЛОЧНОЕ (аллергики)	180	0,23	0,15	6,88	29,89	0,00
Итого			366	7,23	11,07	37,73	280,21	0,52
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Итого			200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150	4,67	3,95	10,84	97,52	2,23
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	160	6,97	5,93	6,51	107,60	8,16
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,05	24,19	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,73	0,36	17,49	84,13	0,00
Итого			500	14,37	10,24	40,89	313,44	10,39
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	4,30	2,70	24,77	140,13	0,00
Итого			210	8,52	6,34	31,75	218,70	0,78
Ужин								
2008	371	СОУС СЛАДКИЙ	40	0,00	0,00	13,54	51,94	0,00
2008	225	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	16,50	8,59	21,72	233,22	0,16
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,98	28,29	0,02
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
Итого			400	18,82	8,77	56,84	382,37	0,18
Всего				49,91	36,61	186,80	1 278,14	13,47

шеф-повар

Сорокина А.А.