

Утверждаю

Заведующий
_____/Ажигирова.А.А/

МЕНЮ
3 октября 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце-п тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая цен-ность , ккал	Вита-м ин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	35	1,48	3,21	18,88	108,92	2,13
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупя рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	4,40	5,66	17,72	140,01	0,58
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	170	2,44	2,00	10,55	70,47	0,46
Итого			355	8,32	10,87	47,15	319,40	3,17
II Завтрак								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	155	0,13	0,00	8,87	36,01	0,03
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	26	1,92	2,50	19,01	106,57	0,00
Итого			181	2,05	2,50	27,88	142,58	0,03
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная)	40	0,55	3,27	3,26	44,63	1,53
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к задн.часть, сметана 15% жирности)	150/10/5	4,33	5,26	10,27	108,45	4,02
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная)	60	10,94	9,03	6,21	150,18	0,51
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь, репа, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, сахар песок, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	120	1,87	2,06	8,26	65,80	4,81
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок р/в персиковый)	150	0,00	0,00	16,50	64,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАТОН (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	26	1,92	0,74	13,14	66,96	0,00
Итого			581	20,93	20,54	66,12	541,31	10,87
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	30	0,24	0,03	0,74	4,16	2,97
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к задн.часть, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, соль йодированная)	110	11,74	11,37	10,01	189,53	5,17
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (клюква, вода питьевая, сахар песок)	150	0,10	0,04	6,12	27,13	1,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		ГРУША (груша)	70	0,26	0,18	7,22	33,09	3,52
Итого			380	13,66	11,80	32,57	294,70	12,90
Всего				44,96	45,71	173,72	1 297,99	26,97

МЕНЮ
3 октября 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	1,86	3,12	22,62	124,30	2,41
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	180	5,44	7,94	24,09	190,36	0,70
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергики) (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, соль йодированная)	180	1,78	0,36	13,87	65,78	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,08	2,48	11,66	81,98	0,57
2014	267	ЧАЙ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
Итого			420	10,38	13,54	58,37	396,64	3,68
II Завтрак								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	150	0,14	0,00	8,51	34,55	0,03
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00
Итого			190	3,14	3,92	38,27	201,35	0,03
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная)	60	0,82	4,05	4,86	59,05	2,28
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель , крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к задн.часть, сметана 15% жирности)	200/10/10	3,90	4,20	13,40	110,60	5,50
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики) (картофель , крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к задн.часть)	200/10/10	5,10	3,10	13,72	103,65	5,33
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная)	70	12,79	10,58	7,11	174,99	0,58
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь, репа, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная , сахар песок, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,19	1,94	9,73	71,62	5,92
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (картофель)	128	2,47	0,49	20,16	95,23	10,20
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок персиковый)	180	0,54	0,00	29,70	122,40	10,80
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	35	2,63	1,02	18,02	91,88	0,00
Итого			745	24,86	22,05	95,54	691,73	25,08
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к задн.часть, картофель , лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, соль йодированная)	140	14,98	14,54	12,89	242,41	6,69
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (клюква, вода питьевая, сахар песок)	180	0,12	0,05	5,80	26,39	1,50
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,66	0,22	10,63	51,13	0,00
2008		ГРУША (груша)	75	0,30	0,22	7,72	35,23	3,75
Итого			470	17,46	15,08	38,29	362,16	16,94
Всего				55,84	54,59	230,47	1 651,88	45,73