

Утверждаю

Заведующий
/Ажигирова.А.А/

МЕНЮ
18 июня 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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский)	35	4,44	4,04	12,46	104,57	0,03
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,46	5,83	22,16	158,79	0,40
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа манная, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок)	150	2,50	0,24	21,96	99,13	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, вода питьевая)	170	2,76	2,18	11,68	78,03	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (сахар песок, чай черный байховый)	170	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
Итого			355	11,66	12,05	46,30	341,39	0,90
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ (йогурт 2,5% жирности)	125	3,51	3,13	5,65	70,80	0,88
2008		ГРУША (аллергики) (груша)	72	0,29	0,22	7,42	33,84	3,60
Итого			125	3,51	3,13	5,65	70,80	0,88
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	30	0,33	0,06	1,15	7,26	7,56
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная , картофель , морковь, лук репчатый, томатное пюре, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к лопатка, сметана 15% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, ранняя капуста белокочанная)	150/10/5	4,56	5,47	7,36	100,17	7,20
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики) (свекла, капуста белокочанная , картофель , морковь, лук репчатый, томатное пюре, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к лопатка, соль йодированная)	150/10/5	4,35	2,89	10,60	86,21	4,86
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель , молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, ранний картофель)	130	4,85	4,90	35,95	207,79	17,80
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (рыба треска потрошенная б/г, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	50	9,37	0,35	0,31	41,70	0,38
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) (говядина б/к лопатка, картофель , лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, соль йодированная)	120	12,05	14,17	11,08	220,28	6,04
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ (масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), петрушка (зелень), лимонная кислота, соль йодированная)	15	0,89	9,20	0,17	87,07	0,33
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок р/в персиковый)	150	0,00	0,00	0,00	64,50	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (сахар песок, чай черный байховый)	170	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,66	0,25	10,56	50,88	0,00
Итого			565	21,66	20,23	55,50	559,37	33,27
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, джем)	120/13	21,29	10,88	26,41	301,24	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок)	150	1,34	0,19	19,00	83,06	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,32	4,58	8,79	98,90	0,98
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (сахар песок, чай черный байховый)	170	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
2008		ГРУША (груша)	70	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			383	26,91	15,66	42,40	433,04	4,48
Всего				63,74	51,07	149,85	1 404,60	39,53

Утверждаю

Заведующий
/Ажигирова.А.А/

МЕНЮ
18 июня 2025 г.
Сад 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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский)	40	5,60	5,57	11,95	121,31	0,05
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	5,37	7,25	26,55	192,55	0,48
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, вода питьевая)	180	2,95	2,31	11,67	79,80	0,50
Итого			400	13,92	15,13	50,17	393,66	1,03
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ (йогурт 2,5% жирности)	125	3,50	3,13	5,64	70,67	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,67	0,88
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	50	0,55	0,10	1,91	12,07	12,57
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (свекла, капуста белокочанная , картофель , морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, сметана 15% жирности, говядина б/к лопатка, соль йодированная, петрушка (зелень), чеснок, ранняя капуста белокочанная)	200/10/10	4,54	5,35	11,45	117,12	9,91
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель , молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, ранний картофель)	130	4,88	4,75	36,03	206,98	17,84
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (рыба треска потрошенная б/г, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	70	13,27	0,50	0,40	58,98	0,54
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ (масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), петрушка (зелень), лимонная кислота, соль йодированная)	20	0,67	11,70	0,17	108,74	0,23
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	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
Итого			700	26,45	22,70	92,36	687,49	51,89
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные, сметана 15% жирности, джем)	150/13	26,60	13,60	33,00	376,36	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
2008		ГРУША (груша)	70	0,28	0,21	7,21	32,92	3,50
Итого			463	34,56	20,31	72,49	629,08	4,59
Всего				78,43	61,27	220,66	1 780,90	58,39
