

Утверждаю

Заведующий
/Ажигирова.А.А/

МЕНЮ
19 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	30	1,93	4,75	13,06	102,64	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,92	6,10	19,98	154,90	0,41
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики) (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, соль йодированная, сахар песок)	150	2,99	1,50	19,83	104,71	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	170	2,60	2,11	12,94	81,73	0,48
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			350	9,45	12,96	45,98	339,27	0,89
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	150	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
Итого			150	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	30	0,24	0,03	0,76	4,24	3,03
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, бройлеры цыпльата потрош. 1 категории, соль йодированная, петрушка (зелень), ранний картофель)	150/10/1	3,94	3,13	12,17	92,77	4,75
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики) (морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, вода питьевая, ранняя капуста белокочанная , ранний картофель)	150	1,05	0,16	6,32	31,17	5,01
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, ранний картофель)	60	13,12	7,46	2,06	142,32	9,76
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (морковь, горошек зеленый консервы, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, кабачки, ранний картофель , ранняя капуста белокочанная)	130	2,87	4,16	14,25	106,66	11,49
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ (сок р/в абрикосовый)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	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)	24	1,58	0,21	10,13	48,72	0,00
Итого			555	21,75	14,99	39,37	394,71	29,03
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.), вода питьевая)	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ (свекла, морковь, огурцы соленные, капуста квашеная, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная, ранний картофель)	40/30	5,51	6,32	2,55	89,66	2,58
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи хлебопекарные сушеные, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	50	4,84	1,55	28,06	145,44	0,10
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимон, вода питьевая, сахар песок)	150	0,11	0,01	11,11	46,96	1,92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	80	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			410	17,04	12,85	58,27	421,74	12,60
Всего				52,74	42,30	149,92	1 215,72	43,27

Утверждаю

Заведующий
/Ажигирова.А.А/

МЕНЮ
19 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	30	1,85	4,72	12,50	99,82	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	6,55	8,11	26,59	206,16	0,55
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	2,78	2,23	10,51	73,82	0,52
Итого			410	11,18	15,06	49,60	379,80	1,07
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	180	5,40	1,80	7,56	72,00	0,90
Итого			180	5,40	1,80	7,56	72,00	0,90
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло сладко- сливочное несоленое, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, соль йодированная, петрушка (зелень), ранний картофель)	200/10/1	5,24	3,71	17,58	124,96	6,03
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, ранний картофель)	80	16,99	9,30	2,73	181,86	13,01
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (морковь, горошек зеленый консервы, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, кабачки, ранний картофель , ранняя капуста белокочанная)	130	2,87	4,29	14,25	107,69	11,50
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ (сок абрикосовый)	180	0,90	0,00	22,86	99,00	7,20
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)	25	1,95	0,75	13,36	68,12	0,00
Итого			706	30,34	18,36	84,75	649,82	42,74
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.), вода питьевая)	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ (свекла, морковь, огурцы соленые, капуста квашеная, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированное, рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная, ранний картофель)	60/35	6,76	10,06	3,90	134,00	7,42
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимон, вода питьевая, сахар песок)	180	0,13	0,01	13,97	58,93	2,30
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи хлебопекарные сушеные, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	70	6,77	3,16	39,30	212,46	0,14
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
Итого			485	20,26	18,22	73,76	545,07	17,86
Всего				67,18	53,44	215,67	1 646,69	62,57
