

МЕНЮ

20 июня 2025 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность , 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	1,85	3,76	12,61	91,79	0,00
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	170	2,99	2,44	10,99	78,62	0,44
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	4,36	5,26	16,90	133,25	0,58
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	9,20	11,46	40,50	303,66	1,02
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ (йогурт 2,5% жирности)	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ЯБЛОКО (аллергики) (яблоки)	79	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	30	0,42	1,87	2,43	28,26	1,14
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, ранний картофель)	150/10/10	3,71	4,82	10,22	104,47	4,12
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики) (крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, вода питьевая, соль йодированная, ранний картофель)	150/10/10	1,56	0,25	11,32	54,21	4,12
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина б/к лопатка, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, соль йодированная, ранний картофель)	130	11,30	11,93	21,35	238,16	10,07
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок р/в яблочный)	150	0,60	0,60	14,70	63,00	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)	20	1,34	0,20	8,49	40,90	0,00
Итого			500	17,37	19,42	57,19	474,79	15,33
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	30	0,33	0,06	1,15	7,24	7,54
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	110	5,60	6,95	21,48	171,04	0,09
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, клюква)	150	0,10	0,04	7,67	33,33	1,26
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	0,98	0,15	6,38	30,60	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи хлебопекарные сушеные, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированное)	50	6,34	4,35	22,16	153,50	0,03
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	95	0,76	0,19	7,13	36,10	14,44
Итого			450	14,11	11,74	65,97	431,81	23,36
Всего				44,18	45,75	169,30	1 280,90	40,59

Утверждаю

Заведующий

/Ажигирова.А.А/

МЕНЮ

20 июня 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	35	2,21	5,12	15,00	114,99	0,00
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	3,17	2,58	12,60	87,32	0,47
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	180	5,42	7,97	24,06	190,45	0,70
Итого			395	10,80	15,67	51,66	392,76	1,17
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ (йогурт 2,5% жирности)	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	0,83	4,03	4,87	58,91	2,28
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, лавровый лист, укроп, ранний картофель)	200/10/10	4,01	5,09	13,53	120,92	5,49
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (говядина б/к лопатка, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, соль йодированная, ранний картофель)	150	12,60	13,43	24,53	269,52	11,64
	ТК№02 2	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напиток витаминизированный (концентрат), вода питьевая)	180	5,54	2,03	21,00	88,26	3,00
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	17,99	91,70	0,00
Итого			675	27,60	25,86	94,64	690,50	22,41
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	50	0,55	0,10	1,91	12,07	12,58
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	150	7,41	9,23	29,04	229,12	0,13
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, клюква)	180	0,13	0,05	5,74	26,16	1,50
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи хлебопекарные сушеные, вода питьевая, соль йодированная, творог 5,0% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированное)	70	8,55	6,22	30,22	211,76	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Итого			565	18,43	15,93	80,77	547,70	52,25
Всего				60,33	60,59	232,71	1 701,60	76,71