

Утверждаю

Заведующий

/Ажигирова.А.А/

МЕНЮ
23 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)	30	4,05	3,86	9,97	91,50	0,03
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,94	4,53	23,03	153,18	0,42
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок)	150	2,76	0,31	21,15	98,34	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, вода питьевая)	170	2,74	2,18	12,23	80,12	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			350	11,73	10,57	45,23	324,80	0,92
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ (йогурт 2,5% жирности)	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ГРУША (аллергики) (груша)	72	0,29	0,22	7,42	33,84	3,60
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (морковь, лук репчатый, вода питьевая, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), говядина б/к задн.часть, петрушка (зелень), ранний картофель)	150/15/5	4,73	4,27	8,60	91,69	3,37
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, рыба сайда потрошенная обезглавленная)	50	10,73	2,91	1,29	73,97	0,03
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) (говядина б/к задн.часть, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, ранний картофель)	120	12,05	14,17	11,08	220,28	6,04
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, ранний картофель)	130	2,57	4,51	17,02	119,44	7,94
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,79	0,05	25,14	104,68	0,24
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)	10	0,75	0,29	5,14	26,20	0,00
Итого			570	21,21	12,25	66,35	461,97	13,58
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая)	100	9,95	12,69	14,75	213,24	0,97
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (ранний картофель)	130	2,50	0,50	20,40	96,35	10,32
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики) (говядина б/к задн.часть, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	50/50	15,45	12,65	5,31	196,72	0,71
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, яйца куриные (шт.), дрожжи хлебопекарные сушеные, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень), ранняя капуста белокочанная)	50	3,89	5,41	17,59	134,71	5,30
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	150	2,31	1,85	10,11	66,80	0,43
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)	15	1,02	0,13	6,50	31,27	0,00
2008		ГРУША (груша)	70	0,28	0,21	7,23	32,99	3,51
Итого			385	17,45	20,29	56,18	479,01	10,21
Всего				53,89	46,24	173,40	1 336,42	25,59

Утверждаю

Заведующий
_____/Ажигирова.А.А/

МЕНЮ
23 июня 2025 г.
Сад 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)	40	5,53	5,55	11,42	118,71	0,05
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,21	7,45	28,35	205,92	0,50
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, вода питьевая)	180	2,95	2,31	11,72	80,05	0,50
Итого			400	14,69	15,31	51,49	404,68	1,05
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								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), говядина б/к задн.часть, петрушка (зелень), лавровый лист, ранний картофель)	200/10/1	4,17	4,41	11,27	101,43	4,06
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, рыба сайда потрошенная обезглавленная)	70	11,29	4,19	2,06	90,99	0,04
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, ранний картофель)	150	2,97	4,90	19,57	134,75	9,15
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,92	0,05	31,49	130,91	0,29
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)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			721	23,99	14,73	93,38	604,37	16,04
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая)	130	13,28	16,76	23,03	296,56	1,19
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи хлебопекарные сушеные, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, петрушка (зелень), ранняя капуста белокочанная)	65	5,24	5,69	26,94	180,04	6,51
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	2,78	2,23	10,55	74,02	0,52
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2008		ГРУША (груша)	75	0,30	0,22	7,72	35,23	3,75
Итого			465	22,59	25,03	74,60	616,44	11,97
Всего				64,77	58,20	225,11	1 696,13	29,94
