

Утверждаю

Заведующий
_____/Ажигирова.А.А/

МЕНЮ
20 ноября 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	1,92	4,74	13,00	102,36	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	4,87	6,44	19,80	157,13	0,41
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	170	2,60	2,11	13,09	82,32	0,48
Итого			350	9,39	13,29	45,89	341,81	0,89
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ (кефир 2,5 % жирности)	180	3,92	4,50	6,99	77,82	0,00
Итого			180	3,92	4,50	6,99	77,82	0,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	30	0,24	0,03	0,74	4,16	2,97
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, соль йодированная, петрушка (зелень))	150/10/1	3,94	2,99	12,16	91,48	4,62
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	60	13,06	7,39	2,10	141,47	9,80
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, капуста белокочанная, горошек зеленый консервы, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, брюква)	130	2,97	4,58	14,73	112,70	10,36
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ (сок р/в абрикосовый)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,59	0,21	10,17	48,95	0,00
Итого			556	21,80	15,20	39,90	398,76	27,75
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 (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, капуста квашеная, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная)	40/30	5,54	6,44	2,60	91,00	2,62
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи хлебопекарные сушеные, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	50	4,94	1,99	28,74	152,55	0,10
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, крахмал картофельный, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,77	0,05	24,90	103,65	0,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАНАН (банан)	70	1,06	0,35	14,78	67,58	7,04
Итого			400	18,59	13,50	79,77	516,86	10,00
Всего				53,70	46,49	172,55	1 335,25	38,64

Утверждаю

Заведующий
/Ажигирова.А.А/

МЕНЮ
20 ноября 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	4,76	12,54	100,49	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	8,06	26,67	206,13	0,55
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	2,78	2,23	10,55	74,02	0,52
Итого			410	11,18	15,05	49,76	380,64	1,07
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ (кефир 2,5 % жирности)	200	2,93	5,00	13,49	90,89	0,00
Итого			200	2,93	5,00	13,49	90,89	0,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	50	0,40	0,05	1,25	7,01	5,01
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель , макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, бройлеры цыплята потрош. 1 категории, соль йодированная, петрушка (зелень))	200/10/1	5,24	3,77	17,60	125,51	6,04
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель , масло сладко- сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	80	16,99	9,23	2,72	181,31	13,02
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель , морковь, капуста белокочанная , горошек зеленый консервы, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, брюква)	130	2,96	4,29	14,77	110,31	10,44
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
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)	26	1,95	0,76	13,39	68,27	0,00
Итого			707	30,43	18,54	80,63	631,00	38,11
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 (картофель , свекла, морковь, огурцы соленые, капуста квашеная, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированое, рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная)	60/35	6,76	10,11	3,91	134,46	7,45
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (слива сушеная (чернослив), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,50	0,16	24,24	102,65	0,27
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи хлебопекарные сушеные, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	70	6,78	3,19	39,35	212,94	0,14
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАНАН (банан)	80	1,20	0,40	16,80	76,82	8,00
Итого			485	21,52	18,53	93,05	628,95	15,86
Всего				66,06	57,12	236,93	1 731,48	55,04