

МЕНЮ

11 марта 2025 г.
Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко питьевое, соль пищевая, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, масло сливочное)	150	2,89	4,81	16,73	123,56	0,36
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, молоко питьевое, вода питьевая)	170	2,73	3,05	9,32	80,40	0,52
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб недлительного хранения (батон))	25/7	1,78	5,94	12,64	111,11	0,00
Итого			352	7,40	13,80	38,69	315,07	0,88
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ (соки фруктовые)	103	0,50	0,10	10,09	42,96	0,82
2008		ЗЕФИР (зефир)	19	0,15	0,02	15,16	61,94	0,00
Итого			122	0,65	0,12	25,25	104,90	0,82
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы консервированные, лук репчатый свежий, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,30	3,04	1,08	33,41	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокочанная свежая, картофель продовольственный свежий, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль пищевая)	150	1,42	3,37	7,74	61,13	12,03
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ (свинина замороженная, хлеб недлительного хранения (батон), вода питьевая, масло сливочное, соль пищевая, лук репчатый свежий)	60	9,15	22,18	2,77	247,54	0,24
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель продовольственный свежий, молоко питьевое, масло сливочное, соль пищевая)	120	2,55	3,40	24,82	108,56	7,41
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЯГОД СУШЕНЫХ (смесь сухофруктов, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, вода питьевая, ягоды сушеные)	150	0,31	0,07	16,46	56,62	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб недлительного хранения (хлеб))	30	2,01	0,33	12,86	61,00	0,00
Итого			540	15,74	32,39	65,73	568,26	21,68
Полдник								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК (морковь столовая свежая, яблоки, масло подсолнечное рафинированное)	20	0,20	4,94	2,54	56,87	0,99
2008	435	КЕФИР (кефир)	189	5,70	0,19	7,60	58,90	1,90
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (повидло, хлеб недлительного хранения (батон))	25/12	1,80	0,75	20,45	89,85	0,06
Итого			246	7,70	5,88	30,59	205,62	2,95
Ужин								
2012	255	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (филе тресковых рыб мороженое (минтай), хлеб недлительного хранения (батон), молоко питьевое, масло сливочное, соль пищевая, яйца куриные в скорлупе свежие)	80	8,81	4,11	3,45	123,76	0,63
2012	339	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В БЕЛОМ СОУСЕ (свекла столовая свежая, масло подсолнечное рафинированное, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, вода питьевая, масло сливочное, мука пшеничная, лук репчатый свежий, соль пищевая)	120	1,16	3,32	9,72	75,44	2,74
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный (ферментированный), вода питьевая, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок)	150/5	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2008		БАТОН (хлеб недлительного хранения (батон))	25	1,75	0,75	12,53	62,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб недлительного хранения (хлеб))	25	1,68	0,28	10,74	50,94	0,00
Итого			405	13,50	8,46	41,48	332,94	3,39
Всего				44,99	60,65	201,74	1 526,79	29,72

МЕНЮ

11 марта 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								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко питьевое, соль пищевая, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, масло сливочное)	180	4,20	5,66	23,73	165,54	0,57
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, молоко питьевое, вода питьевая)	200	3,82	4,31	11,70	107,84	0,75
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, хлеб недлительного хранения (батон))	35/10	2,48	8,46	17,59	156,50	0,00
Итого			425	10,50	18,43	53,02	429,88	1,32
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ (соки фруктовые)	98	0,48	0,10	9,60	40,87	0,78
2008		ЗЕФИР (зефир)	32	0,26	0,03	25,55	104,39	0,00
Итого			130	0,74	0,13	35,15	145,26	0,78
Обед								
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы консервированные, лук репчатый свежий, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,44	5,34	1,41	56,28	2,84
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (капуста белокачанная свежая, картофель продовольственный свежий, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль пищевая)	180	1,83	3,88	8,84	72,12	16,21
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ (свинина замороженная, хлеб недлительного хранения (батон), вода питьевая, масло сливочное, соль пищевая, лук репчатый свежий)	70	10,84	26,33	2,93	292,38	0,24
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель продовольственный свежий, молоко питьевое, масло сливочное, соль пищевая)	150	2,93	4,20	28,89	128,44	8,63
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЯГОД СУШЕНЫХ (смесь сухофруктов, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, вода питьевая, ягоды сушеные)	180	0,36	0,08	19,63	68,42	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб недлительного хранения (хлеб))	35	2,33	0,39	14,94	70,85	0,00
Итого			665	18,73	40,22	76,64	688,49	27,92
Полдник								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК (морковь столовая свежая, яблоки, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,39	4,21	3,67	57,48	1,34
2008	435	КЕФИР (кефир)	204	6,15	0,21	8,20	63,55	2,05
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (повидло, хлеб недлительного хранения (батон))	30/20	2,17	0,89	28,06	119,94	0,10
Итого			284	8,71	5,31	39,93	240,97	3,49
Ужин								
2012	255	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (филе тресковых рыб мороженое (минтай), хлеб недлительного хранения (батон), молоко питьевое, масло сливочное, соль пищевая, яйца куриные в скорлупе свежие, лук репчатый свежий)	80	10,74	4,43	5,27	149,20	1,10
2012	339	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В БЕЛОМ СОУСЕ (свекла столовая свежая, масло подсолнечное рафинированное, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок, вода питьевая, масло сливочное, мука пшеничная, лук репчатый свежий, соль пищевая)	150	1,66	5,37	13,67	113,77	4,01
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный (ферментированный), вода питьевая, сахар белый свекловичный в твердом состоянии без вкусоароматических или красящих добавок)	160/5	0,10	0,00	5,31	21,66	0,02
2008		БАТОН (хлеб недлительного хранения (батон))	35	2,44	1,04	17,44	86,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб недлительного хранения (хлеб))	30	2,01	0,33	12,86	61,00	0,00
Итого			460	16,95	11,17	54,55	432,33	5,13
Всего				55,63	75,26	259,29	1 936,93	38,64