



МЕНЮ

27 мая 2025 г.

Если 12 часов

Ясли 12 часов								
Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ (каша рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль поваренная, сахар песок, масло сливочно-стерилизованное несоленое)	150	4,55	6,93	20,44	163,36	0,62
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-стерилизованное несоленое, хлеб пшеницы первой сорт муки выс. сорт)	20/7	1,57	6,01	10,10	100,77	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (листья чайные, сахар песок, чай черный байховый)	170/6	0,10	0,00	6,20	25,21	0,02
Итого			353	6,22	12,94	36,74	289,34	0,64
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	110	0,44	0,44	10,80	51,80	11,02
Итого			110	0,44	0,44	10,80	51,80	11,02
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочно-стерилизованное несоленое, сметана 10% жирности)	150	1,99	3,19	9,36	74,91	11,32
2012	282	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ (свинина мясная, хлеб пшеницы первой сорт муки выс. сорт, вода питьевая, масло сливочно-стерилизованное несоленое)	70	10,87	25,00	5,35	289,86	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 3,2% жирности, мука пшеничная выс. сорт, вода питьевая)	50	1,11	0,84	3,73	27,04	0,13
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (гречка (пшено) ядрица, вода питьевая, масло сливочно-стерилизованное несоленое, соль поваренная)	80	3,41	2,41	15,42	96,90	0,00
		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(ХЛЕБ) (хлеб ржано-пшеничный обж. ферментированный)	40	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА (сок яблочный, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	160	0,53	0,11	17,36	72,19	0,88
Итого			550	20,56	31,87	68,29	543,57	12,33
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	155	4,50	3,88	6,21	82,28	1,09
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (повидло, хлеб пшеницы первой сорт муки выс. сорт)	45	2,00	0,16	23,97	105,29	0,09
Итого			200	6,50	4,04	30,18	187,57	1,18
Ужин								
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба морской филе, вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	110	10,84	5,72	4,62	114,65	1,78
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, морковь пастер. 3,2% жирности, масло сливочно-стерилизованное несоленое)	120	2,50	5,15	16,89	124,29	8,22
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(БАТОН) (хлеб пшеницы первой сорт муки выс. сорт)	25	1,93	0,16	12,66	59,77	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко-слизкое, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	160	3,72	3,92	10,69	94,12	0,62
Итого			415	19,09	14,95	44,86	392,83	10,62
Всего				82,83	64,24	190,87	1 565,11	35,79



МЕНЮ 27 мая 2025 г. Сад 12 часов

Сбор- ная реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ (пюре рисовое, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль поваренная, сахар белый, масло сливочное-рафинированное)	200	6,58	9,04	27,81	220,37	0,94
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное-рафинированное, молоко пастеризованное, фарш говяжий, яйца курицы)	30/8	2,33	6,78	15,11	130,78	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (листья чайные, сахар белый, чай черный байховый)	180/7	0,12	0,00	7,03	28,59	0,02
Итого			425	9,03	15,82	49,95	379,74	0,96
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (очищенное)	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00
Итого			110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00
Обед								
2008	94	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное-рафинированное, сметана 15% жирности)	200	2,45	3,28	11,72	87,17	14,75
2012	282	БИТОЧКИ, МЯСНЫЕ (фарш говяжий, яйцо курицы, фарш говяжий, мука высшего сорта, вода питьевая, масло сливочное-рафинированное, лук репчатый)	80	11,53	26,40	8,18	316,56	0,50
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 3,2% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая)	50	1,23	0,85	4,54	30,75	0,13
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (пюре гречневое, яйца, вода питьевая, масло сливочное-рафинированное, соль поваренная)	100	6,02	3,96	27,28	168,66	0,00
		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(ХЛЕБ) (яйцо курицы, мука высшего сорта, маргарин)	50	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА (сок яблочный, сахар белый, крахмал картофельный, вода питьевая)	175	0,50	0,10	21,12	87,02	0,82
Итого			655	25,06	34,99	94,17	793,48	16,20
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	170	4,92	4,24	6,79	89,94	1,19
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (пюре сливовое, яйцо курицы, фарш говяжий, мука высшего сорта)	55	2,77	0,22	34,40	150,68	0,13
Итого			225	7,69	4,46	41,19	240,62	1,32
Ужин								
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба желтый окунь, вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло сливочное-рафинированное)	130	12,45	6,52	4,58	127,80	1,74
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочное-рафинированное)	150	2,96	5,90	20,02	145,35	9,73
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(БАТОН) (яйцо курицы, мука высшего сорта)	30	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (картофель, сахар белый, морковь пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	3,33	3,50	9,53	84,00	0,55
Итого			490	21,41	16,14	51,69	440,04	12,02
Всего				62,63	71,85	247,78	1 905,59	41,50