

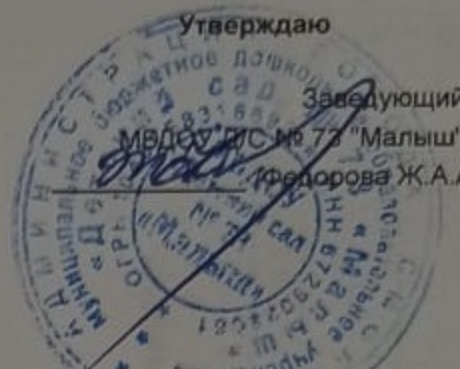


МЕНЮ
29 апреля 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник 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 (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	6,58	9,00	27,78	219,92	0,94
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшенично-формовой муки высшего сорта)	30/8	2,33	6,76	15,11	130,64	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180/7	0,12	0,00	7,01	28,50	0,02
Итого			425	9,03	15,76	49,90	379,06	0,96
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	51,72	11,00
Итого			110	0,44	0,44	10,78	51,72	11,00
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности)	205	2,58	4,12	11,92	96,16	14,77
2012	282	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ (свинина мясная, хлеб пшенично-формовой муки высшего сорта, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый)	75	11,42	26,12	8,19	313,60	0,50
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 3,2% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая)	50	1,83	1,60	4,98	41,99	0,26
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	5,70	3,90	25,78	160,81	0,00
		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(ХЛЕБ) (хлеб ржано-пшеничный обога. микроэлементами)	48	3,33	0,40	21,33	103,33	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА (сок яблочный, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	205	0,67	0,14	23,74	98,42	1,09
Итого			683	25,53	36,28	95,94	814,31	16,62
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	197	5,71	4,92	7,88	104,36	1,38
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (повидло, хлеб пшенично-формовой муки высшего сорта)	55	2,74	0,22	29,76	131,99	0,09
Итого			252	8,45	5,14	37,64	236,35	1,47
Ужин								
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба минтай филе, вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	125	11,04	5,54	4,39	112,49	1,66
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,49	5,75	20,87	149,65	9,83
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(БАТОН) (хлеб пшенично-формовой муки высшего сорта)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	4,88	5,20	13,27	120,96	0,83
Итого			485	21,70	16,68	53,58	454,15	12,32
Всего				65,15	74,30	247,84	1 935,59	42,37

МЕНЮ

29 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов



Ясли 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 РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,98	7,56	21,74	176,10	0,70
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20/7	1,57	6,17	10,10	102,19	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	170/6	0,11	0,00	6,02	24,49	0,02
Итого			353	6,66	13,73	37,86	302,78	0,72
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	110	0,44	0,44	10,81	51,84	11,03
Итого			110	0,44	0,44	10,81	51,84	11,03
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности)	145	1,93	3,95	9,32	81,30	11,35
2012	282	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ (свинина мясная, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	55	7,76	17,78	5,54	213,22	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 3,2% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая)	50	1,13	0,84	3,87	27,70	0,13
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	80	3,40	2,48	15,38	97,33	0,00
		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(ХЛЕБ) (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,67	0,32	17,07	82,67	0,00
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА (сок яблочный, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	195	0,72	0,15	21,48	89,63	1,19
Итого			565	17,61	25,52	72,66	591,85	12,67
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	185	5,37	4,63	7,41	98,22	1,30
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (повидло, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	45	2,00	0,16	23,71	104,25	0,08
Итого			230	7,37	4,79	31,12	202,47	1,38
Ужин								
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (рыба минтай филе, вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	105	10,41	5,78	4,62	113,12	1,77
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	120	2,50	5,23	16,92	125,03	8,22
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(БАТОН) (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	160	3,69	3,91	11,42	96,78	0,62
Итого			405	18,13	15,04	43,00	382,29	10,61
Всего				50,21	59,52	195,45	1 531,23	36,41