

МЕНЮ

25 июля 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа яровая, пшеница, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	6,81	8,55	28,70	220,09	0,81
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-сливочное несоленое, хлеб пшенично-формовой муки высшего сорта)	25/7	2,13	5,96	13,80	117,35	0,00
	ТК№80 38	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,12	0,00	7,16	29,08	0,02
Итого			412	9,06	14,51	49,66	366,52	0,83
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,35	10,50
Итого			105	0,42	0,42	10,29	49,35	10,50
Обед								
2012		БУЛЬОН КУРИНЫЙ (вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, крупа манная)	200	0,67	0,07	4,35	20,66	0,39
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА (хлеб пшенично-формовой муки высшего сорта)	14	1,61	0,14	10,60	50,04	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (бройлеры цыпленок петрощ. 1 категории, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, яйца куриные (шт.))	115	23,39	23,02	9,39	338,84	1,15
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная)	200	3,97	5,10	11,92	111,63	36,56
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	5,76	23,03	0,00
		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(ХЛЕБ) (хлеб разнотравно-пшеничный обогащенный микроэлементами)	50	3,26	0,40	21,26	103,26	0,00
Итого			759	32,90	28,73	63,28	647,46	38,10
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	198	5,55	1,85	7,77	74,00	0,93
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, творог 5,0% жирности, дрожжи, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	65	7,09	4,93	29,41	190,71	0,07
Итого			263	12,64	6,78	37,18	264,71	1,00
Ужин								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	70	1,20	6,88	7,04	94,83	3,30
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба минтай филе, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	200	19,24	15,22	1,25	219,09	0,20
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(БАТОН) (хлеб пшенично-формовой муки высшего сорта)	34	2,61	0,21	17,15	80,91	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ (сок яблочный)	166	0,81	0,16	16,29	69,32	1,33
Итого			470	23,86	22,47	41,73	464,15	4,83
Всего				78,88	72,91	202,14	1 792,19	55,26

МЕНЮ
25 июля 2025 г.
Ясли 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	155	5,62	7,25	23,31	181,89	0,71
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	20/7	1,56	5,62	10,09	97,23	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	170/6	0,10	0,00	5,85	23,76	0,02
Итого			358	7,28	12,87	39,25	302,88	0,73
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоко)	95	0,38	0,38	9,35	44,83	9,54
Итого			95	0,38	0,38	9,35	44,83	9,54
Обед								
2012		БУЛЬОН КУРИНЫЙ (вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, круги мясные)	150	0,77	0,09	5,01	23,64	0,44
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА (хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	10	1,17	0,10	7,70	36,37	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (бройлеры целопиты потрош. 1 категории, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, яйца куриные (шт.))	75	19,12	20,24	6,36	284,53	0,89
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная)	125	3,26	3,44	10,03	86,05	29,44
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	170	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(ХЛЕБ) (хлеб равно-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,61	0,32	17,01	82,61	0,00
Итого			570	26,93	24,19	50,95	532,55	30,77
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	150	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, творог 5,0% жирности, дрожжи, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	50	7,62	4,98	30,90	199,07	0,07
Итого			200	12,12	6,48	37,20	259,07	0,82
Ужин								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,87	4,10	5,12	60,78	2,40
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба морской филе, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	200	19,01	12,48	1,34	193,88	0,20
2008		ХЛЕБ НЕДЛИТЕЛЬНОГО ХРАНЕНИЯ(БАТОН) (хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ (сок яблочный)	170	0,82	0,16	16,65	70,91	1,36
Итого			455	22,61	16,90	35,66	384,78	3,96
				69,32	60,82	172,41	1 524,11	45,82