

МЕНЮ

4 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, г ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	110	11,38	15,55	2,00	193,62	0,16
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консерв., масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,66	3,69	36,52	2,34
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высш. сорта)	30	1,94	4,31	12,60	96,85	0,00
Итого			400	21,18	26,82	28,39	439,99	5,50
II Завтрак								
	ТК№020	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (АПЕЛЬСИН) (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ (картофель, огурцы соленные, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,95	2,40	6,53	51,98	3,56
2012	57	БОРЩ (свиная, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	4,83	6,65	7,42	111,34	4,94
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая продел, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,34	3,44	27,55	158,40	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ (говядина 1 категории, хлеб пшеницы формовой мука высш. сорта, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	10,43	10,17	7,29	162,18	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорта, соль йодированная)	50	2,07	6,11	6,46	89,38	0,26
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (яблоки), сахар песок, вода питьевая)	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроуравновешенный)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			705	24,32	28,97	75,53	662,98	8,76
Уплотненный полдник								
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	50	0,78	1,70	4,56	37,35	1,69
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,72	3,69	18,53	118,51	9,00
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, рыба минтай неразделанный, хлеб пшеницы формовой мука высш. сорта, яйца куриные (шт.))	70	8,33	6,34	4,61	109,17	0,20
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,12	0,00	9,92	40,15	0,02
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ПЕЧЕНЬЕ) (печенье сахарное мука высш. сорта)	35	2,63	3,43	26,06	146,05	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш. сорта)	55	4,20	0,34	27,61	130,31	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроуравновешенный)	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
Итого			545	20,45	15,70	101,96	633,21	10,91
Всего				66,85	71,69	213,98	1 779,18	85,17

МЕНЮ

4 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	90	8,45	12,04	1,48	148,19	0,12
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,61	3,69	36,09	2,34
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высш.сорт)	25	1,56	4,25	10,08	84,76	0,00
Итого			355	17,26	22,67	24,34	370,74	5,16
II Завтрак								
		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (АПЕЛЬСИН) (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	59,99
Итого			100	0,90	0,20	8,10	43,00	59,99
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ (картофель, огурцы соленные, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	40	0,76	1,64	5,24	39,13	2,86
2012	57	БОРЩ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	4,19	6,29	7,93	107,88	5,28
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая продел, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	3,77	3,53	23,90	142,27	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ (говядина 1 категории, хлеб пшеницы формовой мука высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	50	7,52	7,60	5,92	122,05	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная)	30	1,24	3,70	3,90	54,01	0,16
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,82	31,26	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
Итого			550	18,78	22,89	63,21	537,60	8,30
Уплотненный полдник								
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	30	0,46	0,96	2,76	22,05	1,01
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	2,51	2,38	17,07	100,10	8,30
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеницы формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	50	8,80	3,78	4,83	88,72	0,14
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	150	0,10	0,00	8,02	32,46	0,02
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ПЕЧЕНЬЕ) (печенье сахарное мука высш.сорт)	25	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш.сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			435	18,13	9,98	79,88	483,64	9,47
Всего				55,07	55,74	175,53	1 434,98	82,92