



МЕНЮ 7 февраля 2025 г. Сад 12 часов

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								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, масло сладко- сливочное несоленое, сметана 18% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	130	16,01	12,10	21,24	261,62	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	50	0,95	2,43	6,57	52,10	0,13
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,08	2,43	14,79	93,94	0,52
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, хлеб пшенич. формовой мука высш.сорт)	35	4,23	3,11	12,55	95,57	0,07
Итого			415	24,27	20,07	55,15	503,23	0,88
II Завтрак								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла, лук репчатый, томатная паста, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,93	2,49	4,94	46,15	2,86
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох спущенный, лук репчатый, морковь, масло сладко- сливочное несоленое, вода питьевая, хлеб пшенич. формовой мука высш.сорт, соль йодированная, говядина 1 категории)	180/10	8,47	5,97	18,36	161,17	3,31
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ С ТОМАТОМ (мякоть говяжья, говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста)	160	13,61	13,69	14,23	238,44	17,22
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обога. микроэлементами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			625	24,67	22,37	57,81	535,45	23,39
Уплотненный полдник								
2012	330	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (картофель, морковь, капуста белокачанная, горошек зеленый консерв., масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	3,00	2,99	17,34	109,05	12,59
2012	254	ЗАПЕКАНКА ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, рыба мелкая неразделанная)	70	13,00	8,38	5,76	150,85	0,30
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (РЯЖЕНКА) (ряженка 2,5% жирности)	180	5,40	1,80	7,56	72,00	0,90
2008		кондитерское изделие в ассортименте (зефир) (зефир)	35	0,28	0,04	27,93	114,10	0,00
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (АПЕЛЬСИН) (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43,01	60,01
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. формовой мука высш.сорт)	55	4,07	0,33	26,77	126,34	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обога. микроэлементами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			595	28,31	13,96	104,06	666,34	73,80
Всего				77,75	56,50	227,12	1 748,02	100,07



МЕНЮ 3 февраля 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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, соль йодированная)	110	15,49	9,71	19,86	232,28	0,16
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	30	0,61	1,62	4,01	33,14	0,08
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	1,51	1,10	10,01	56,28	0,24
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (хлеб российский, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	3,89	3,12	10,04	84,34	0,07
Итого			360	21,50	15,55	43,92	406,04	0,55
II Завтрак								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свеколка, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	30	0,57	1,52	3,80	31,40	1,73
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, говядина 1 категории, соль йодированная)	150/10	7,16	4,74	16,29	136,58	2,79
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ (капустка белокочанная, говядина 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста)	120	11,64	10,72	12,27	195,84	15,57
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,44	29,76	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшителями)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			480	20,69	17,16	48,28	434,37	20,09
Уплотненный полдник								
2012	330	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (картофель, морковь, капуста белокочанная, горошек зеленый консервированный, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,73	2,18	14,91	91,22	14,15
2012	254	ЗАПЕКАНКА ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай неразделанный)	50	9,15	4,58	2,84	89,40	0,19
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (РЯЖЕНКА) (ряженка 2,5% жирности)	150	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ЗЕФИР) (зефир)	25	0,20	0,03	20,26	82,76	0,00
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (АПЕЛЬСИН) (апельсин)	95	0,85	0,19	7,68	40,78	56,90
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшителями)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			490	21,71	8,90	79,94	496,84	71,99
Всего				64,40	41,71	182,24	1 380,25	94,63