



МЕНЮ 9 июня 2025 г. **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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	10,13	13,80	1,79	172,09	0,14
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консерв., масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,77	3,68	37,46	2,34
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	25	1,56	4,32	10,08	85,46	0,00
Итого			365	18,51	24,26	23,93	389,29	3,42
II Завтрак								
2012	396	НАЛИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок, вода питьевая)	100	0,16	0,07	7,10	30,29	26,00
Итого			100	0,16	0,07	7,10	30,29	26,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ С ЯБЛОКАМИ (картофель, огурцы, помидоры, томаты, лук репчатый, петрушка (зелень), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	40	0,41	2,16	2,24	30,58	7,96
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель белокочанный, морковь, лук репчатый, порridge зерновой консервы, масло сливочно-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	4,13	5,80	6,66	97,83	5,13
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (пшеница твердая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочно-сливочное несоленое)	110	3,28	2,91	20,82	122,45	0,00
2012	278	БЕФСТОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (сметана 15% жирности, мясо говяжье высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, говядина 1 категории)	50	6,80	6,29	1,96	93,92	0,01
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный общ. микронутриентами)	20	1,30	0,16	8,50	41,30	0,00
Итого			520	16,67	17,47	55,03	450,58	16,10
Уплотненный полдник								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высшего сорта, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочно-сливочное несоленое)	150	5,25	2,88	33,57	181,37	0,00
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, мясо лососевое высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, рыба минтай неразделанный, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	50	8,97	5,29	5,23	104,58	0,25
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, вода питьевая, чай черный байховый)	180/8/5	0,16	0,00	8,06	33,77	0,82
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ (яйца куриные высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, молоко сгущенное с сахаром 6,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	50	4,07	7,14	28,81	195,49	0,06
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоко)	95	0,38	0,38	9,31	44,66	9,50
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный общ. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			598	23,20	16,12	113,53	685,39	10,63
Всего				58,54	57,92	199,59	1 565,55	56,15



Утверждаю
Заведующий
ФГБУ "Севастопольский центр
"Севастопольские сияние"
И. А. Алгизина

МЕНЮ 9 июня 2025 г. Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (с/п), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное сливочное)	110	11,38	15,58	2,00	193,73	0,16
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консерв., масло подсолнечное рафинированное)	60	1,78	1,68	3,69	36,71	2,34
2012	400	МОЛОКО КИТАЙСКОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное сливочное несоленое, хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	30	1,94	4,29	12,59	96,61	0,00
Итого			400	20,71	26,40	27,59	431,81	3,54
II Завтрак								
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок, вода питьевая)	100	0,16	0,07	7,01	29,92	26,00
Итого			100	0,16	0,07	7,01	29,92	26,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ С ЯБЛОКАМИ (картофель, огурцы свежие, помидоры свежие, яблоки, петрушка (зелень), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,49	2,60	2,79	37,22	9,60
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель, лук репчатый, морковь, лук репчатый, порridge яловичий, масло сливочное сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	5,07	6,90	7,98	116,64	6,14
2008	181	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (гречка гречневая перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочное сливочное несоленое)	130	4,16	3,41	26,38	152,70	0,00
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (сметана 15% жирности, мясо говяжье высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, говядина 1 категории)	70	9,51	8,81	2,68	131,15	0,01
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
	TK N003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обж. микробицидным)	25	1,61	0,21	10,28	49,46	0,00
Итого			635	21,74	22,11	67,93	564,77	19,35
Уплотненный полдник								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высшего сорта, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочное сливочное несоленое)	160	5,46	3,22	34,91	190,59	0,00
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное сливочное несоленое, масло подсолнечное высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, рыба морской нежирный, яйца куриные (с/п), масло подсолнечное рафинированное)	70	12,58	11,04	7,33	179,38	0,35
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, вода питьевая, чай черный байховый)	200/10/6	0,19	0,01	10,13	42,37	0,99
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ (масло подсолнечное высшего сорта, сахар песок, масло сливочное сливочное несоленое, яйца куриные (с/п), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, молотое сдобное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	60	4,81	8,54	34,70	234,78	0,08
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	55	4,20	0,34	27,60	130,25	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обж. микробицидным)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			686	29,30	23,77	135,07	875,36	11,42
Всего				71,91	72,35	237,60	1 901,86	60,31