



МЕНЮ 10 января 2025 г. Сад 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	190	КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода литровая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	200	6,89	9,51	28,23	227,25	0,94
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода литровая, чай черный байховый)	200	3,50	2,91	14,54	99,11	0,64
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, хлеб пшеница формовой мука высшего сорта)	40	2,00	0,18	23,51	101,91	6,01
Итого			440	12,39	12,60	66,28	428,27	7,59
II Завтрак								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (лимон), сахар песок, вода литровая)	100	0,00	0,00	5,14	20,55	0,00
Итого			100	0,00	0,00	5,14	20,55	0,00
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, порошок желтый кленовый, лимон, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	50	1,04	2,55	5,45	49,82	8,02
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ (капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода литровая, соль йодированная)	180	4,12	5,99	10,09	110,98	5,76
2008	260	АЗУ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, горчица, соль йодированная)	150	11,00	13,82	15,70	231,52	7,72
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обог. микроулучшеный)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			605	18,86	22,76	61,64	529,33	25,50
Уплотненный полдник								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высшего сорта, соль йодированная, вода литровая, масло сливочно-сливочное несоленое)	160	5,46	3,20	34,91	190,49	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, масло сливочно-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода литровая, соль йодированная)	70	8,96	9,14	3,25	130,98	0,47
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, сахар песок, лимон, вода литровая)	200/10/6	0,19	0,01	10,13	42,36	0,99
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ВАФЛЯ) (вафли с фруктами и сахаром)	40	1,12	1,32	30,92	141,60	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеница формовой мука высшего сорта)	55	4,20	0,34	27,61	130,30	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обог. микроулучшеный)	25	2,83	0,33	17,67	85,00	0,00
Итого			566	22,76	14,34	124,49	720,73	1,46
Всего				54,01	49,70	257,55	1 698,88	34,55



МЕНЮ 10 января 2025 г. Ясли 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 рисовая, пшено, вода питьевая, молоко растер. 2,0% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	150	5,07	7,04	20,93	168,29	0,68
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко растер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный байховый)	180	3,14	2,62	13,47	90,77	0,58
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	30	1,59	0,13	17,33	75,76	4,00
Итого			360	9,80	9,79	51,73	334,82	5,26
II Завтрак								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (яблоки), сахар песок, вода питьевая)	100	0,00	0,00	5,15	20,58	0,00
Итого			100	0,00	0,00	5,15	20,58	0,00
Обед								
2008	42	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, помидоры зеленые консервы, лимон, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	30	0,53	2,58	3,05	37,96	3,87
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ (капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, пшеница 1 категории, соль йодированная)	180	4,12	6,01	10,07	111,18	5,76
2008	260	АЗУ (пюре из 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, сырчик соевый, растительное, соль йодированная)	110	7,77	9,84	13,12	172,49	6,48
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,28	0,17	8,23	39,57	0,00
Итого			490	14,45	18,75	49,32	425,70	19,11
Уплотненный полдник								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высшего сорта, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,24	4,53	33,51	195,92	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (пюре из 1 категории, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная)	60	7,44	7,56	2,96	109,55	0,40
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, сахар песок, лимон, вода питьевая)	180/8/5	0,16	0,00	8,22	34,37	0,82
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ВАФЛЯ) (вафли с фруктами и сахарной пудрой)	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	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			493	18,06	13,49	96,48	582,10	1,22
Всего				42,31	42,03	202,68	1 363,20	25,59