



МЕНЮ 11 марта 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочно-сливочное несоленое)	110	11,39	15,57	2,00	193,81	0,16
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консерв., масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,68	3,69	36,69	2,34
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	5,63	4,85	9,31	104,76	1,04
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-сливочное несоленое, хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)	30	1,94	4,29	12,59	96,61	0,00
Итого			400	20,72	26,39	27,59	431,87	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	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК (морковь, яблоки, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,43	2,65	3,94	42,13	3,48
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель белочешенный, морковь, лук репчатый, прочие: картофель консервы, масло сливочно-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	5,07	6,91	7,98	116,91	6,14
2008	161	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (гречка (гренки) продукт, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочно-сливочное несоленое)	130	4,16	3,41	26,39	152,67	0,00
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, говядина 1 категории)	70	9,50	8,80	2,70	131,19	0,01
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (фрукты (яблоки без косточек (яблоки), сахар песок, вода питьевая)	180	0,76	0,05	19,05	80,24	0,24
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			635	19,92	21,82	60,06	523,14	9,87
Уплотненный полдник								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высшего сорта, соль йодированная, вода питьевая, масло сливочно-сливочное несоленое)	160	5,46	3,21	34,89	190,48	0,00
2012	266	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная, рыба горбуша горбуша с кожей, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	70	15,28	14,32	7,31	219,16	0,45
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 (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	60	4,81	8,56	34,71	234,94	0,08
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,01	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 ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			685	32,00	27,06	135,04	915,20	11,52
Всего				72,80	75,34	229,70	1 900,13	50,93



МЕНЮ **11 марта 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 сладко-сливочное несолёное, соль (подорожанка))	100	10,11	13,75	1,79	171,34	0,14
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консерв., масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,74	3,68	37,17	2,33
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 сладко-сливочное несолёное, хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт)	25	1,56	4,25	10,08	84,76	0,00
Итого			365	18,49	24,11	23,93	387,55	3,41
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	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК (яблоко, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль (подорожанка))	30	0,27	1,50	2,44	24,89	1,65
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель белокочанный, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зелёный консерв., масло сладко-сливочное несолёное, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль (подорожанка))	150	4,15	5,85	6,66	98,37	5,12
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая продел, вода питьевая, масло сладко-сливочное несолёное, соль (подорожанка))	110	3,29	2,90	20,88	122,57	0,00
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, говядина 1 категории, соль (подорожанка))	50	6,79	6,29	1,95	93,73	0,01
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (фрукты свежие без косточек (яблоки), сахар песок, вода питьевая)	150	0,50	0,03	14,63	61,20	0,16
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,30	0,16	8,50	41,30	0,00
Итого			510	16,30	16,73	55,06	442,06	6,94
Уплотненный полдник								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш. сорт, соль (подорожанка), вода питьевая, масло сладко-сливочное несолёное)	150	5,25	2,91	33,56	181,54	0,00
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несолёное, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, рыба трескуша потрошенная с головы, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль (подорожанка))	50	10,86	7,65	5,25	133,00	0,32
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, вода питьевая, чай черный байховый)	180/8/5	0,17	0,01	8,23	34,42	0,82
2012	460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несолёное, яйца куриные (шт.), дрожжи, молоко пастер. 2,5% жирности, молоко стужённое с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, соль (подорожанка))	50	4,12	7,16	29,14	197,26	0,06
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоко)	95	0,38	0,38	9,31	44,63	9,50
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			598	25,15	18,54	114,04	726,37	10,70
Всего				60,10	59,45	200,04	1 585,90	47,05