



МЕНЮ
18 июня 2025 г.
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								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), масло пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	11,38	15,59	2,00	193,85	0,16
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консерв., масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,66	3,69	36,57	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 сливочно-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	30	1,94	4,31	12,60	96,91	0,00
Итого			400	21,18	26,86	28,39	440,33	5,50
II Завтрак								
	ТК№20	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ (картофель, огурцы соленные, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,95	2,20	6,54	50,25	3,80
2012	57	БОРЩ (свиная капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, помидоры свежие, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина 1 категории, свинина 15% жирности, соль йодированная)	180	4,83	6,64	7,44	111,34	4,95
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая продел, вода питьевая, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	4,36	3,46	27,57	158,63	0,00
2012	282	ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ (говядина 1 категории, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта, вода питьевая, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	10,42	10,16	7,28	162,02	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная)	50	2,07	6,10	6,45	89,29	0,26
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обж. микроуветряемый)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			685	25,23	28,94	83,70	699,93	12,61
Уплотненный полдник								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ С ЯБЛОКАМИ (картофель, капуста белокочанная, томаты грунтовые, яблоки, петрушка свежая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,61	2,61	3,06	39,05	13,83
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,72	3,71	18,53	118,65	9,00
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, рыба минтай неразделанная, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	70	8,32	6,39	4,60	109,64	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 (ЗЕФИР) (мёд)	35	0,28	0,04	27,95	114,20	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	55	4,20	0,34	27,61	130,32	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обж. микроуветряемый)	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
Итого			545	17,92	13,29	102,34	603,68	23,05
Всего				64,73	69,49	224,23	1 790,93	51,16



МЕНЮ
18 июня 2025 г.
Ясли 12 часов

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (цп), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	90	8,53	12,22	1,50	150,09	0,12
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,61	3,68	36,05	2,33
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 сливочно-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	25	1,56	4,35	10,08	85,72	0,00
Итого			355	17,34	22,95	24,35	373,56	5,15
II Завтрак								
		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (ЯБЛОКО) (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	46,98	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	46,98	10,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ (картофель, огурцы свежие, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	40	0,76	1,64	5,24	39,06	2,85
2012	57	БОРЩ (картофель, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, свежая капуста, масло подсолнечное рафинированное, свекла пекунская, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	4,19	6,30	7,99	108,34	5,33
2008	181	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая продел, вода питьевая, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	3,78	3,58	23,96	143,11	0,00
2012	282	ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ (говядина 1 категории, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта, вода питьевая, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	50	7,55	7,62	6,01	122,70	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная)	30	1,24	3,65	3,86	53,38	0,16
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшаемый)	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
Итого			550	19,57	23,07	70,43	572,09	11,34
Уплотненный полдник								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ С ЯБЛОКАМИ (картофель, капуста белокочанная, помидоры круглые, яблоки, петрушка (зелень), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	30	0,36	1,61	1,84	23,70	8,21
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	2,51	2,49	17,07	101,05	8,30
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (цп), масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	50	8,78	3,90	4,79	89,45	0,14
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай неароматизированный)	150	0,10	0,00	7,90	32,00	0,02
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ПЕЧЕНЬЕ) (печенье сахарное мука высшего сорта)	25	1,88	2,46	18,70	104,78	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшаемый)	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			435	16,01	10,87	78,90	487,04	16,67
Всего				55,32	67,29	183,48	1 479,67	43,16