



МЕНЮ 20 июня 2025 г. Если 12 часов

			Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полутаская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сливочно-сливочное нежирное, соль гидрокарбонат)	130	4,97	4,65	21,79	149,39	0,44
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,57	2,97	11,28	87,10	0,58
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-сливочное нежирное, хлеб пшеничный формовой муки высшего сорта)	30	1,95	4,42	12,67	98,19	0,00
Итого			350	16,59	16,64	46,04	397,68	1,02
II Завтрак								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (СНЕЖОК) (сметана 2,5% жирности)	100	2,90	2,50	4,20	54,00	0,30
Итого			100	2,90	2,50	4,20	54,00	0,30
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы свежие, масло подсолнечное рафинированное, соль гидрокарбонат)	30	0,22	1,90	0,69	20,76	1,14
2012	85	СУП С КЛЕЦКАМИ (пшеница Т. экстра, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочно-сливочное нежирное, укроп, вода питьевая, соль гидрокарбонат, мука пшеничная высшего сорта, яйца куриные (шт.))	150	5,12	6,15	13,17	128,48	3,05
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное нежирное, соль гидрокарбонат)	110	2,31	3,86	15,67	106,96	7,60
2008	268	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (пшеница Т. экстра, хлеб пшеничный формовой муки высшего сорта, вода питьевая, масло сливочно-сливочное нежирное, соль гидрокарбонат)	50	7,33	7,05	4,56	110,96	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки свежие, вода питьевая, сахар песок)	150	0,00	0,00	7,81	31,21	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обог. микроулучшенным)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			510	16,30	19,14	50,38	439,16	11,79
Уплотненный полдник								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, масло сливочно-сливочное нежирное, соль гидрокарбонат)	110	2,60	3,73	27,32	153,20	0,00
2008	290	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ (печенье печенье, хлеб пшеничный формовой муки высшего сорта, масло сливочно-сливочное нежирное, масло подсолнечное рафинированное, соль гидрокарбонат, яйца куриные (шт.))	60	11,46	7,42	4,75	144,54	7,91
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, томатная паста, соль гидрокарбонат)	30	0,55	1,11	2,31	25,00	0,53
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,10	0,00	8,02	32,45	0,02
2012		ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное нежирное, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль гидрокарбонат, молоко пастер. 2,5% жирности, джем, масло подсолнечное рафинированное)	50	3,74	2,31	31,46	159,78	2,48
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (БАНАН) (банан)	95	1,43	0,48	19,96	91,26	9,51
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой муки высшего сорта)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный обог. микроулучшенным)	20	1,33	0,18	8,53	41,33	0,00
Итого			555	24,26	15,46	122,42	742,29	20,45
Всего				59,05	53,74	223,04	1 633,13	33,56



МЕНЮ **20 июня 2025 г.** **Сад 12 часов**

Сад 12 часов

Сбор- ник рецу- 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная перловка, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое)	150	5,38	4,59	25,57	165,53	0,38
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (яйца куриные (шт.))	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (завар-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,56	2,96	13,05	94,19	0,57
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой муки высшего сорта)	35	2,32	4,34	15,09	108,69	0,00
Итого			405	16,38	16,49	54,01	431,41	0,95
II Завтрак								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (СНЕЖОК) (сметана 2,5% жирности)	100	2,90	2,50	4,20	54,00	0,30
Итого			100	2,90	2,50	4,20	54,00	0,30
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы свежие, масло подсолнечное рафинированное, соль, йодированная)	50	0,37	2,48	1,15	28,39	1,90
2012	65	СУП С КЛЕЦКАМИ (сметана 1 категория, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочно-сливочное несоленое, вода питьевая, укроп, соль йодированная, мука пшеничная высшего сорта, яйца куриные (шт.))	180	6,15	7,72	13,69	148,77	2,73
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,78	3,07	19,74	118,01	9,70
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (сметана 1 категория, хлеб пшеницы формовой муки высшего сорта, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	10,63	10,27	6,95	162,63	0,08
2012	372	КОМПЮТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (банан, вода питьевая, сахар песок)	180	0,52	0,17	17,01	72,21	1,44
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшитель)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			635	22,15	23,91	69,14	581,01	15,85
Уплотненный полдник								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочно-сливочное несоленое)	130	3,09	4,47	32,37	181,97	0,00
2008	290	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ (печень куриная, хлеб пшеницы формовой муки высшего сорта, масло сливочно-сливочное несоленое, майонез подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	70	13,41	9,06	5,50	172,17	9,24
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, помидоры свежие, соль йодированная)	50	0,94	1,87	3,90	42,12	0,92
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	180	0,12	0,00	9,92	40,15	0,02
2012		ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочно-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, джем, масло подсолнечное рафинированное)	60	4,32	2,50	37,57	188,11	2,95
2008		ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (БАНАН) (банан)	100	1,50	0,50	21,00	95,99	10,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой муки высшего сорта)	55	4,20	0,34	27,62	130,33	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроулучшитель)	25	1,66	0,22	10,61	51,06	0,00
Итого			670	29,24	18,96	148,49	801,90	23,13
Всего				70,65	61,86	275,84	1 968,32	40,23