



МЕНЮ 31 января 2025 г. Если 12 часов

				Ясли 12 часов			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав				
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа гречневая (только), масло сливочно-сливочное несоленое, сахар песок, соль (подорожанка))	150	3,08	3,18	9,59	79,83	0,42
		КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	25	1,56	4,25	10,08	84,76	0,00
			355	8,44	10,63	35,27	271,59	1,02
Итого								
II Завтрак								
2008	423	ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ (АПЕЛЬСИН) (апельсин)	100	0,87	0,19	7,87	41,74	24,02
			100	0,87	0,19	7,87	41,74	24,02
Итого								
Обед								
2008	38	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ИЗЮМОМ (капуста белокочанная, яблоки, виноград сушеный (изюм), морковь, сахар песок, лимон, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,53	3,34	9,25	70,02	4,34
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПЮЙ И ГОВЯДИНОЙ (картофель, крупа пшеничная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина 1 категории, соль (подорожанка))	150	4,46	4,21	11,95	103,62	3,97
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высшего сорта, вода питьевая, масло сливочно-сливочное несоленое, соль (подорожанка))	110	2,66	2,40	16,97	100,18	0,00
2012	254	ЗАПЕКАНКА ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль (подорожанка), рыба треска порезанная с головой, яйца куриные (шт.))	50	12,22	6,32	2,99	117,54	0,28
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточек (курага), сахар песок, вода питьевая)	150	0,66	0,04	14,23	60,46	0,21
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
			520	21,86	16,47	63,92	493,15	8,80
Итого								
Уплотненный полдник								
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, картофель, морковь, лук репчатый, перец зеленый сладкий, капуста белокочанная, масло сливочно-сливочное несоленое, соль (подорожанка))	120	2,26	3,12	11,95	91,20	19,30
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕННОЕ (яйца куриные (шт.))	20	2,55	2,30	0,15	31,46	0,00
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (КЕФИР) (кефир 2,5 % жирности)	160	4,64	4,00	6,40	84,80	1,12
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ПЕЧЕНЬЕ) (печенье сахарное мука высшего сорта)	25	1,88	2,45	18,60	104,25	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. микроэлементами)	20	1,36	0,16	8,48	40,80	0,00
			385	15,74	12,28	65,65	447,24	20,42
Итого								
Всего								
				46,91	39,57	172,71	1 253,72	54,26



МЕНЮ 31 января 2025 г. Сад 12 часов

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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, крупа гречневая продел, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	170	4,33	4,26	12,54	106,55	0,62
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	200	4,09	3,38	14,70	106,74	0,64
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный формовой мука высш сорт)	30	1,94	4,30	12,60	96,80	0,00
Итого			400	10,36	11,94	39,84	310,09	1,26
II Завтрак								
2008	423	ФРУКТЫ В АССОРТИМЕНТЕ (АПЕЛЬСИН) (апельсин)	100	0,87	0,19	7,86	41,71	24,00
Итого			100	0,87	0,19	7,86	41,71	24,00
Обед								
2008	38	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ИЗЮМОМ (капуста белокочанная, изюм, виноград сушеный (безе), морковь, сахар песок, лимон, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,67	4,07	11,55	86,75	5,72
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина 1 категории, соль йодированная)	180	5,50	5,17	14,27	125,65	4,75
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,23	3,06	26,98	152,50	0,00
2012	254	ЗАПЕКАНКА ИЗ РЫБЫ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, рыба горбуша потрошенная с кожей, яйца куриные (шт.))	70	16,97	9,56	5,80	176,89	0,42
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая)	180	0,76	0,05	17,11	72,50	0,24
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			635	29,83	22,11	86,31	665,29	11,13
Уплотненный полдник								
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (омегана 15% жирности, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, перец зеленый сладкий, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое)	130	2,44	3,42	13,04	99,39	20,95
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.))	20	2,45	2,25	0,15	30,41	0,00
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ (КЕФИР) (кефир 2,5 % жирности)	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ПЕЧЕНЬЕ) (печенье сахарное мука высш сорт)	35	2,63	3,43	26,05	146,03	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш сорт)	55	4,20	0,34	27,61	130,30	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			445	18,64	14,14	84,65	552,53	22,21
Всего				59,70	48,38	218,66	1 569,62	58,60