

## МЕНЮ

17 января 2025 г.  
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	13	* МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ (* масло сливочное)	8	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	180	5,83	5,95	19,92	157,46	0,75
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,38	2,91	13,51	94,52	0,62
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>368</b>	<b>11,54</b>	<b>16,37</b>	<b>48,93</b>	<b>390,58</b>	<b>1,37</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		* ЯБЛОКО (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,52	15,01
		* ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ (*фруктовое пюре )	125	17,00	0,63	4,38	93,75	0,00
<b>Итого</b>			<b>275</b>	<b>17,60</b>	<b>1,23</b>	<b>19,08</b>	<b>164,27</b>	<b>15,01</b>
<b>Обед</b>								
2010	9	* РАССОЛЬНИК С РЫБОЙ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * рыба горбуша потрошенная с головой, * сметана 15% жирности, * огурцы соленые, * крупа рисовая, * рыба минтай)	180/20/9	5,68	3,58	12,41	109,27	4,90
2010	57	** ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (* свинина для детского питания, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * соль йодированная, * лавровый лист, * масло сливочное)	180	8,41	19,05	19,54	283,75	9,91
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,80	35,18	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	28	1,85	0,25	11,87	57,11	0,00
<b>Итого</b>			<b>567</b>	<b>15,94</b>	<b>22,88</b>	<b>52,62</b>	<b>485,31</b>	<b>14,81</b>
<b>Полдник</b>								
2010	93	* КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	20,64	82,53	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20,64</b>	<b>82,53</b>	<b>0,00</b>
<b>Ужин</b>								
2010	43	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * масло сливочное, * горошек зеленый консервы)	130	14,32	14,79	3,17	202,90	0,74
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
2008		* ПЕЧЕНЬЕ (* печенье)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>18,89</b>	<b>18,60</b>	<b>41,06</b>	<b>407,46</b>	<b>0,76</b>
<b>Всего</b>				<b>63,97</b>	<b>59,08</b>	<b>182,33</b>	<b>1 530,15</b>	<b>31,95</b>

## МЕНЮ

17 января 2025 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	13	* МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ (* масло сливочное)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	6,48	6,94	23,10	181,75	0,83
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,05	3,49	15,41	110,26	0,75
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>13,63</b>	<b>19,89</b>	<b>59,17</b>	<b>471,81</b>	<b>1,58</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		* ЯБЛОКО (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,70</b>	<b>70,50</b>	<b>15,00</b>
<b>Обед</b>								
2010	9	* РАССОЛЬНИК С РЫБОЙ (* морковь, * картофель, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * рыба горбуша потрошенная с головой, * сметана 15% жирности, * огурцы соленые, * крупа рисовая, * рыба минтай)	200/25/10	6,62	3,95	13,73	122,15	5,43
2010	57	** ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (* свинина для детского питания, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, * томатная паста, * соль йодированная, * лавровый лист, * масло сливочное)	220	10,26	23,46	23,93	348,60	12,14
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
<b>Итого</b>			<b>675</b>	<b>19,53</b>	<b>27,76</b>	<b>64,30</b>	<b>591,03</b>	<b>17,57</b>
<b>Полдник</b>								
2010	93	* КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., * сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	24,41	97,67	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>24,41</b>	<b>97,67</b>	<b>0,00</b>
<b>Ужин</b>								
2010	43	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (яйца куриные (шт.), * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * масло сливочное, * горошек зеленый консервы)	150/25	16,99	17,35	4,21	240,78	1,20
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
		* МАРМЕЛАД (* мармелад )	50	0,75	4,60	32,10	174,50	0,00
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>20,84</b>	<b>23,11</b>	<b>57,07</b>	<b>521,28</b>	<b>1,22</b>
<b>Всего</b>				<b>54,60</b>	<b>71,36</b>	<b>219,65</b>	<b>1 752,29</b>	<b>35,37</b>

Ст.медсестра



Удрис В.В.