



МЕНЮ

22 апреля 2025 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	6,31	6,92	29,02	204,66	0,83
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,05	3,49	15,39	110,17	0,75
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			420	13,36	11,57	64,97	419,63	1,58
II Завтрак								
2008		* ЯБЛОКО (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,52	15,01
Итого			150	0,60	0,60	14,70	70,52	15,01
Обед								
2010	6	* СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (* свекла, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	200/20/10	5,97	13,13	10,88	190,05	5,06
2010	71	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (* филе грудки, *батон йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))	80	13,49	13,77	11,24	222,94	0,54
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	3,41	4,65	19,80	135,07	9,22
2010	77	* КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (* картофель, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	2,96	4,10	23,79	144,05	12,00
2008	440 ТТК	* НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (* сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая, * сахар песок)	180	0,90	0,00	25,38	107,10	0,90
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			680	26,42	31,90	84,26	736,74	15,72
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (* снежок 2,5% жирности)	180	5,04	4,50	8,12	101,72	1,26
Итого			180	5,04	4,50	8,12	101,72	1,26
Ужин								
2010	65	* ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* творог 9,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, яйца куриные (шт.), * сахар песок, * масло сливочное, * сухари панировочные, * сметана 15% жирности, * молоко сгущенное 8,5% жирности)	150	28,97	19,20	34,15	453,18	0,43
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			370	32,07	20,36	54,91	559,18	0,45
Всего				77,49	68,93	226,96	1 887,79	34,02

Ст. медсестра _____

Удрис В.В.



МЕНЮ

22 апреля 2025 г.
Ясли 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		
Завтрак								
2010	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	4,73	5,10	21,67	152,23	0,62
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,38	2,91	13,19	93,27	0,62
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			330	10,36	8,88	50,28	324,10	1,24
II Завтрак								
2008		* ЯБЛОКО (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,48	15,00
Итого			150	0,60	0,60	14,70	70,48	15,00
Обед								
2010	6	* СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (* свекла, * картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	180/15/8	5,09	10,96	9,76	162,14	4,56
2010	71	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (* филе грудки, *батон йодированный, * молоко пастер. 2,5% жирности, * сухари панировочные, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))	60	9,79	10,00	8,29	162,42	0,41
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	120	2,73	3,67	15,84	107,66	7,38
2008	440 ТТК	* НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (* сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая, * сахар песок)	150	0,75	0,00	21,16	89,28	0,75
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			568	20,68	24,94	69,89	592,89	13,10
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (* снежок 2,5% жирности)	200	5,60	5,00	9,02	113,02	1,40
Итого			200	5,60	5,00	9,02	113,02	1,40
Ужин								
2010	65	* ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* творог 9,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, яйца куриные (шт.), * сахар песок, * масло сливочное, * сухари панировочные, * сметана 15% жирности, * молоко сгущенное 8,5% жирности)	130/20	24,70	16,44	29,61	389,37	0,38
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			340	27,79	17,60	50,34	495,20	0,40
Всего				65,03	57,02	194,23	1 595,69	31,14

Ст.медсестра _____ Удрис В.В.