



МЕНЮ

6 марта 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		
Завтрак								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (* пшено, * крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	5,14	5,47	20,31	151,75	0,62
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,38	2,91	12,86	91,89	0,62
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			330	10,77	9,25	48,59	322,24	1,24
II Завтрак								
2008		* ЯБЛОКО (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,72	70,59	15,02
Итого			150	0,60	0,60	14,72	70,59	15,02
Обед								
2010	9	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * свинина для детского питания)	180/15	4,98	10,17	11,65	158,35	5,78
2010	59	* КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ (* свинина для детского питания, *батон йодированный, * лук, * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))	60	7,34	14,99	8,55	198,61	0,29
2010	82	* КАПУСТА ТУШЁНАЯ (* капуста белокачанная, * масло сливочное, * морковь, * лук, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, * лавровый лист, * соль йодированная)	120	2,92	4,37	8,77	87,69	26,14
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,87	31,45	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			560	17,56	29,84	51,68	547,49	32,21
Полдник								
2008	442	* СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок яблочный)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
Ужин								
2010	46	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ (* творог 9,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, яйца куриные (шт.), * сахар песок, * масло сливочное, * сухари панировочные, * сметана 15% жирности, * джем)	120/25	22,00	14,18	35,28	361,17	3,51
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,08	0,00	0,16	0,90	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			335	25,08	15,34	56,00	466,87	3,53
Всего				54,76	55,18	185,84	1 471,69	55,00

Ст.медсестра Красичева Красичева К.В.



МЕНЮ

6 марта 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	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (* пшено, * крупа рисовая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	6,87	7,14	27,70	203,48	0,83
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,04	3,49	15,35	110,00	0,75
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			420	13,91	11,79	63,61	418,28	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	9	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (* картофель, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * свинина для детского питания)	200/20	5,84	11,91	12,94	182,63	6,41
2010	59	* КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ (* свинина для детского питания, *батон йодированный, * лук, * молоко пастер. 2,5% жирности, * соль йодированная, * масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))	70	8,57	17,35	10,02	230,71	0,35
2010	82	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ (* капуста белокочанная, * масло сливочное, * морковь, * лук, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, * лавровый лист, * соль йодированная)	150	3,62	5,28	10,96	108,16	32,68
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
Итого			660	20,68	34,89	60,56	641,78	39,44
Полдник								
		* НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" (* сухая смесь "витошка", вода питьевая)	200	0,00	0,00	1,84	7,76	0,00
Итого			200	0,00	0,00	1,84	7,76	0,00
Ужин								
2010	46	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ (* творог 9,0% жирности, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, яйца куриные (шт.), * сахар песок, * масло сливочное, * сухари панировочные, * сметана 15% жирности, * джем)	150/35	26,80	17,05	54,34	481,64	6,76
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,21	1,24	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			405	29,90	18,21	75,11	587,68	6,78
Всего				65,09	65,49	215,82	1 726,02	62,81

Ст.медсестра Красичева Красичева К.В.