



МЕНЮ

14 марта 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* овсяные хлопья "геркулес", * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	5,20	5,57	17,05	139,77	0,62
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,38	2,91	13,25	93,50	0,62
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			330	10,83	9,35	45,72	311,87	1,24
II Завтрак								
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
Обед								
2008	94	* СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * пшено, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	180/15/9	4,91	12,84	6,98	167,50	5,25
2017	79 ТТК	* СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (* молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная, яйца куриные (шт.), *батон йодированный, * масло подсолнечное рафинированное, * филе рыбы)	60	10,22	6,09	5,81	118,94	0,17
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	120	2,74	3,80	15,85	108,91	7,38
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,06	32,24	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			569	20,19	23,04	51,54	498,98	12,80
Полдник								
2010	93	* КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	21,10	84,37	0,00
Итого			150	0,00	0,00	21,10	84,37	0,00
Ужин								
2010	75	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	110	4,05	3,12	25,70	146,96	0,00
2008	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	52	6,58	5,92	0,38	81,17	0,00
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,08	0,00	8,23	33,24	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
		* ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ (*фруктовое пюре)	90	12,24	0,45	3,15	67,50	0,00
Итого			432	25,20	10,36	52,88	407,47	0,02
Всего				56,97	42,90	186,09	1 367,19	17,06

Ст.медсестра Красичева Красичева К.В.



МЕНЮ

14 марта 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (* овсяные хлопья "геркулес", * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	200	6,92	7,19	22,38	182,92	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
Итого			420	13,97	11,84	58,35	397,98	1,58
II Завтрак								
2008	442	* СОК ЯБЛОЧНЫЙ (* сок яблочный)	200	1,00	0,20	19,90	86,42	4,02
Итого			200	1,00	0,20	19,90	86,42	4,02
Обед								
2008	94	* СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * пшено, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	200/20/10	5,73	14,75	7,61	190,98	5,79
2017	79 ТТК	* СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (* молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная, яйца куриные (шт.), *батон йодированный, * масло подсолнечное рафинированное, * филе рыбы)	70	12,34	7,09	6,86	140,34	0,19
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	3,41	4,62	19,81	134,84	9,22
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			670	24,13	26,81	60,92	586,44	15,20
Полдник								
2010	93	* КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ (* кисель (концентрат) на плодовых экстр., * сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	25,31	101,24	0,00
Итого			180	0,00	0,00	25,31	101,24	0,00
Ужин								
2010	75	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	130	4,77	3,72	30,32	173,89	0,00
2008	213	* ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (яйца куриные (шт.))	52	6,58	5,92	0,38	81,17	0,00
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,10	0,00	8,91	36,03	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			402	14,45	10,80	60,17	395,89	0,02
Всего				53,55	49,65	224,65	1 567,97	20,82

Ст.медсестра Красичева

Красичева К.В.