

МЕНЮ

15 мая 2025 г.
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	14	* СЫР ПОРЦИОННЫЙ (* сыр российский)	15	3,66	4,72	0,00	57,78	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	6,91	23,11	181,55	0,83
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,04	3,49	16,38	114,11	0,75
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			435	17,18	16,28	60,05	458,24	1,58
II Завтрак								
2008		* ЯБЛОКО (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,49	15,00
Итого			150	0,60	0,60	14,70	70,49	15,00
Обед								
2010	7	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * говядина б/к)	200/20/10	6,94	8,01	6,63	131,18	8,77
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (* говяжья печень, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш.сорт, * томатная паста, вода питьевая)	40/40	10,97	7,87	3,92	146,09	8,06
2010	73	* РИС ОТВАРНОЙ (* крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	3,62	4,23	37,76	203,44	0,00
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			680	24,18	20,46	74,95	600,99	16,83
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (* снежок 2,5% жирности, * йогурт 2,5% жирности)	180	4,89	4,37	7,88	98,67	0,50
Итого			180	4,89	4,37	7,88	98,67	0,50
Ужин								
2010	46	* ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* морковь, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, яйца куриные (шт.), * сахар песок, * масло сливочное, * сухари панировочные, * молоко сгущенное 8,5% жирности)	150/25	5,49	6,29	33,56	233,92	2,15
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,10	0,00	0,20	1,22	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
Итого			395	8,59	7,45	54,32	339,94	2,17
Всего				55,44	49,16	211,90	1 568,33	36,08

Ст.медсестра

Удрис В.В.

МЕНЮ

15 мая 2025 г.
Ясли 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	14	* СЫР ПОРЦИОННЫЙ (* сыр российский)	11	2,75	3,55	0,00	43,42	0,00
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (* крупа ячневая, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок, * соль йодированная, * масло сливочное)	150	4,85	5,14	17,04	134,51	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			341	13,23	12,47	45,71	350,03	1,24
II Завтрак								
2008		* ЯБЛОКО (* яблоки)	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
Итого			150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
Обед								
2010	7	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокочанная, * картофель, * морковь, * лук, * томатная паста, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * соль йодированная, * лавровый лист, * сметана 15% жирности, * говядина б/к)	180/15/8	5,89	6,97	5,93	114,55	7,87
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (* говяжья печень, * масло подсолнечное рафинированное, * соль йодированная, * сметана 15% жирности, * мука пшеничная высш. сорт, * томатная паста, вода питьевая)	30/30	9,67	6,86	3,57	128,65	7,08
2010	73	* РИС ОТВАРНОЙ (* крупа рисовая, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	90	2,18	2,65	22,79	123,65	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (* сухофрукты (смесь), * сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,88	35,48	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			538	20,06	16,79	56,01	473,72	14,95
Полдник								
2010	103	* КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (* снежок 2,5% жирности, * йогурт 2,5% жирности)	200	5,43	4,85	8,75	109,63	0,56
Итого			200	5,43	4,85	8,75	109,63	0,56
Ужин								
2010	46	* ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (* морковь, * молоко пастер. 2,5% жирности, * крупа манная, яйца куриные (шт.), * сахар песок, * масло сливочное, * сухари панировочные, * молоко сгущенное 8,5% жирности)	120/25	4,84	5,38	27,72	196,10	1,78
2010	96	* ЧАЙ БЕЗ САХАРА (* чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,08	0,00	0,17	1,00	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			325	7,17	6,25	43,31	275,70	1,80
Всего				46,49	40,96	168,48	1 279,58	33,55

Ст.медсестра



Удрис В.В.