



# МЕНЮ

31 января 2025 г.  
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ 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)	8	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
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	5,19	5,37	16,76	136,88	0,62
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	150	3,38	2,91	13,12	92,96	0,62
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>338</b>	<b>10,90</b>	<b>15,79</b>	<b>45,38</b>	<b>368,44</b>	<b>1,24</b>
<b>II Завтрак</b>								
		* ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ (*фруктовое пюре)	125	17,00	0,63	4,38	93,75	0,00
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>17,00</b>	<b>0,63</b>	<b>4,38</b>	<b>93,75</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
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	4,90	12,79	6,95	166,85	5,23
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	11,07	6,74	5,95	128,62	0,16
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	120	2,72	3,50	15,82	105,94	7,36
2010	90	* КОМПОТ ИЗ С/М ФРУКТОВ И ЯГОД (* компотная смесь с/м, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,11	0,04	9,36	38,89	0,56
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
<b>Итого</b>			<b>569</b>	<b>21,12</b>	<b>23,38</b>	<b>52,92</b>	<b>511,69</b>	<b>13,31</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	21,26	85,01	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>21,26</b>	<b>85,01</b>	<b>0,00</b>
<b>Ужин</b>								
2010	75	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	110	4,01	3,21	25,50	146,93	0,00
2008	14	* СЫР ПОРЦИОННЫЙ (* сыр российский)	15	3,41	4,40	0,00	53,83	0,00
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	150	0,09	0,00	8,23	33,30	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>305</b>	<b>9,76</b>	<b>8,48</b>	<b>49,15</b>	<b>312,66</b>	<b>0,02</b>
<b>Всего</b>			<b>58,78</b>	<b>48,28</b>	<b>173,09</b>	<b>1 371,55</b>	<b>14,57</b>	

Ст. медсестра \_\_\_\_\_

*Handwritten signature*

Удрис В.В.



**МЕНЮ**  
31 января 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	13	* МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ (* масло сливочное)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
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	7,21	22,42	183,33	0,83
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (* кофейный напиток, * молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, * сахар песок)	180	4,05	3,49	15,43	110,35	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>14,07</b>	<b>20,16</b>	<b>58,51</b>	<b>473,48</b>	<b>1,58</b>
<b>II Завтрак</b>								
		* МАРМЕЛАД (* мармелад)	30	0,45	2,76	19,26	104,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>30</b>	<b>0,45</b>	<b>2,76</b>	<b>19,26</b>	<b>104,70</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	94	* СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (* капуста белокачанная, * картофель, * пшено, * морковь, * лук, * масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности, * свинина для детского питания)	200/20/10	5,74	14,83	7,67	192,02	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)	80	14,54	8,65	7,87	167,26	0,22
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (* картофель, * молоко пастер. 2,5% жирности, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	3,41	4,66	19,81	135,21	9,22
2010	77	* КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (* картофель, * масло сливочное, * соль йодированная)	150	2,95	4,10	23,71	143,68	11,96
2010	90	* КОМПОТ ИЗ С/М ФРУКТОВ И ЯГОД (* компотная смесь с/м, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,13	0,05	11,19	46,42	0,65
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>26,47</b>	<b>28,54</b>	<b>63,50</b>	<b>622,49</b>	<b>15,88</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	25,43	101,71	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>25,43</b>	<b>101,71</b>	<b>0,00</b>
<b>Ужин</b>								
2010	75	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (* макаронные изделия высш. сорт, вода питьевая, * соль йодированная, * масло сливочное)	130	4,77	3,77	30,31	174,27	0,00
2008	14	* СЫР ПОРЦИОННЫЙ (* сыр российский)	15	3,41	4,40	0,00	53,83	0,00
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (* чай черный байховый, вода питьевая, * сахар песок)	180	0,10	0,00	8,93	36,11	0,02
2008		* БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ (*батон йодированный)	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>11,28</b>	<b>9,33</b>	<b>59,80</b>	<b>369,01</b>	<b>0,02</b>
<b>Всего</b>				<b>52,27</b>	<b>60,79</b>	<b>226,50</b>	<b>1 671,39</b>	<b>17,48</b>

Ст. медсестра \_\_\_\_\_

Удрис В.В.