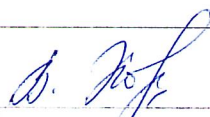


МЕНЮ

1 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ 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	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИНАЯ ЖИДКАЯ (пшеница, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	4,1	2,9	17,7	114	0,2
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок)	150	3,4	3,5	14,9	105	0,3
2017	2	СЫР (порциями) (сыр российский)	6	1,4	1,8		22	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб батон пшеничный йодированный)	20	1,5	0,6	10,2	52	0
Итого			330	10,4	11,7	42,9	319	0,5
Обед								
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист)	150	1,2	4,6	7,2	76	5,5
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	4	0,1	0,6	0,1	6	0,02
2010	51	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (рыба треска филе, хлеб батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2% жирности, мука пшеничная высшего сорта, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйца куриные (шт.))	60	8,5	4,4	10,4	115	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	55	1,2	4	7,2	70	3,3
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, соль йодированная, лавровый лист)	55	1,1	4,4	3,2	57	11,5
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	160			8	32	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			524	17,9	21,2	46,1	448	20,58
Полдник								
2010	103	КЕФИР (кефир 3,2% жирности)	150	4,5	4,8	6	83	0
1997	867	ГРЕНКА ЗАПЕЧЕНАЯ (хлеб батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	30	2,1	3,5	11,4	83	0
Итого			180	6,6	8,3	17,4	166	0
Ужин								
2010 г	42	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия высшего сорта, вода питьевая, творог 90% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, соль йодированная, печенье сахарное мука высшего сорта)	130	9,7	8,3	20,2	194	0
1996г	577	СОУС АБРИКОСОВЫЙ (курага, вода питьевая, сахар песок)	20			4,6	18	0
2010	96	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	150					0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	8,2	39	0
Итого			315	10,8	8,7	33	251	0
Всего				45,7	49,9	139,4	1184	21,08

Ст. медсестра



КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)



ВЕЛЬГЕР С В

МЕНЮ

1 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	32	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшеница, молоко, сахар, соль, жирности, вода питьевая, сахар, пектин, соль, йодированная)	180	5	3,6	21,8	140	0,2
2010	32	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (пшеница, вода питьевая, сахар, пектин, соль, йодированная)	180	2,2	0,5	15,9	77	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сливочное, сливочное масло)	4		2,9	0,1	26	0
2010	98	КОФЕИНЫ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (растительный напиток, молоко, пастер, 3,0% жирности, вода питьевая, сахар, пектин)	180	4,2	4,3	19,2	133	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай зеленый, сахар, вода, пектин, сахар, пектин)	180	0,1		9,9	40	0
2017	2	СЫР(порциями) (сыр российский)	8	1,8	2,3		29	0,1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный, йодированный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	13,3	14	56,5	407	0,6
Обед								
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар, пектин, лимонная кислота, вода питьевая, соль, йодированная, лавровый лист)	180	1,4	5,3	8,7	89	6,4
2010	17	С МЯСОМ (говядина, картофель, морковь, лук репчатый, соль, йодированная)	15	5,4	4,7	0,1	64	0
2017		С СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	5	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2010	51	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (рыба треска филе, хлеб-батон пшеничный, йодированный, молоко, пастер, 3,0% жирности, мука пшеничная, веша сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль, йодированная, вода питьевая (4:1))	80	11,6	6,2	14	155	0,2
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко, пастер, 3,0% жирности, масло сливочное, сливочное масло, соль, йодированная)	65	1,5	4,9	8,7	84	3,9
2010	82	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сливочное, сливочное масло, морковь, лук репчатый, соль, йодированная, лавровый лист)	65	1,3	5,2	3,8	69	13,5
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты, смесь, сахар, пектин, вода питьевая)	180			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб, ржаной)	30	2	0,4	12	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный, йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			635	24,4	27,9	64,9	607	24,02
Полдник								
2010	103	КЕФИР (кефир 3,2% жирности)	180	5,4	5,8	7,2	99	0
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
1997	867	ГРЕНКА ЗАПЕЧЕНАЯ (хлеб-батон пшеничный, йодированный, молоко, пастер, 3,0% жирности, вода питьевая, сахар, пектин, масло подсолнечное рафинированное)	50	3,3	6,2	19,9	145	0,1
Итого			230	8,7	12	27,1	244	0,1
Ужин								
2010 г	42	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ (макаронные изделия веша сорт, вода питьевая, творог 9,0% жирности, вода куриный бульон, сахар, пектин, масло сливочное, сливочное масло, соль, йодированная, лимонная кислота, лимонная кислота)	160	11,9	10,2	26,6	246	0
2010	69	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ (аллергики) (говядина, картофель, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, масло сливочное, сливочное масло, соль, йодированная, лавровый лист)	180	24	33,4	15,8	461	13,9
1996г	577	СОУС АБРИКОСОВЫЙ (курага, вода питьевая, сахар, пектин)	30			11,6	47	0
2010	96	ЧАЙ (чай зеленый, сахар, вода, пектин, сахар, пектин)	180					0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный, йодированный)	15	1,1	0,4	8,2	39	0
Итого			385	13	10,6	46,4	332	0
Всего				59,4	64,5	194,9	1590	24,72

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В