

МЕНЮ

22 августа 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	40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль иодированная)	180	5,6	3,8	21,7	144	0,2
2010	40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль иодированная)	180	2,8	0,8	16	32	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	96	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	4,2	4,3	20	137	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		13,1	53	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный иодированный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	12,2	16,5	57,3	446	0,5
Обед								
2010г	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ (картофель, овсяные хлопья "геркулес", морковь, лук репчатый, огурцы соленные, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль иодированная, говядина 1 категории)	180/15	4,6	4,5	12,8	111	4,1
2017		И СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	5	0,1	0,8	0,2	8	0,02
2017	87	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (говядина 1 категории, капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль иодированная, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста, лавровый лист, яйца куриные (шт.))	80/80	13,4	22,7	12	317	9,7
2017.	42	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (свекла, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль иодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая, сахар песок, мука пшеничная высш.сорт)	50	1,1	2,2	6,1	49	2,6
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,2	0,2	15,9	67	1,8
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	12	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный иодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
Итого			635	22,5	31,2	66,7	651	16,22
Полдник								
2010		СОК (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	36	4
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	50	3	2,4	37,5	133	0
Итого			250	4	2,6	57,3	269	4
Ужин								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль иодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	9	10,2	2,1	135	0,1
2010	58	ПЛОВ (аллергии) (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, соль иодированная, лавровый лист)	155	12,5	15,4	31,8	314	2,8
2010г.	31	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ (морковь, соль иодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	30	0,4	0,7	1,8	16	1,05
		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (кукуруза консервы)	30	0,8		4,5	21	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный иодированный)	25	1,9	0,7	12,9	66	0
Итого			375	12,2	11,6	31,2	278	1,15
Всего				50,9	63,9	212,5	1644	23,87

Ст. медсестра

КОРОВКИНА ВС

Шеф-повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР СВ

МЕНЮ

22 августа 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								
2010	40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	4,6	3,1	17,2	116	0,2
2010	39	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	4,9	1,3	31,6	157	0
		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)	160	3,1	3,2	14,6	100	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	160			9,8	39	0
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,1	4,9	0,1	45	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	20	1,5	0,6	10,2	52	0
Итого			340	9,3	14,7	42,2	339	0,4
Обед								
2010г	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ (картофель, овсяные хлопья "Геркулес", морковь, лук репчатый, опята соевые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная, говядина 1 категории)	150/15	4,8	4,6	11,1	106	3,3
2017		И СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	4	0,1	0,6	0,1	6	0,02
2017	87	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (говядина 1 категории, капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, соль йодированная, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, томатная паста, лавровый лист, яйца куриные (шт.))	65/65	12,2	20,3	11,1	287	8,9
2017.	42	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (свекла, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая, сахар песок, мука пшеничная высш сорт)	35	0,9	1,9	4,6	40	1,8
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	160	0,2	0,2	13,5	57	1,6
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			519	19,9	27,9	50,3	546	15,62
Полдник								
2010		СОК (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПРЯНИКИ (пряники саварные)	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			250	4	2,6	57,3	269	4
Ужин								
2010	43	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	8,6	9,5	1,8	126	0,1
2010	58	ПЛОВ (аллергии) (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, лавровый лист)	130	10,4	12,8	26,4	262	2,32
2010г.	81	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ (морковь, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	20	0,3	0,7	1,4	13	0,4
		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ (кукуруза консервы)	30	0,8		4,5	21	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	160	0,1		9	37	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			330	11,3	10,8	27	249	0,5
Всего				44,5	56	176,8	1403	20,52

Ст, медсестра

КОРОВКИНА ВС

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР СВ