

## МЕНЮ

20 февраля 2025 г.  
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко пастер 3,2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	2,9	3,2	7,8	72	0,2
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа кукурузная, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150			4,9	19	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, молоко пастер 3,2 % жирности, сахар песок)	150	2,9	3,1	14,5	98	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1		9,8	39	0
2017	2	СЫР (порциями) (сыр российский)	6	1,3	1,7		21	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	20	1,5	0,6	10,2	52	0
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>8,6</b>	<b>11,5</b>	<b>32,6</b>	<b>269</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>								
2017	28	СУП-ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С ГРЕНКАМИ (морковь, горох лущеный, лук репчатый, мука пшеничная высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, хлеб-батон пшеничный йодированный)	150/12	5,6	1,8	16,8	104	0,3
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
2017 г	80	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (говядина 1 категории, соль йодированная, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, лавровый лист)	30/30	10,4	10,9	2	148	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	90	2,7	2,9	17,3	107	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	30	0,4	1,2	2,2	22	0,6
2010	91	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая, курага)	160	0,2		10	42	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
<b>Итого</b>			<b>542</b>	<b>25,1</b>	<b>20</b>	<b>58,3</b>	<b>515</b>	<b>1,26</b>
<b>Полдник</b>								
2010	103	СНЕЖОК (снежок )	160	4,2	4	17,6	123	0
2008	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт ), соль йодированная, дрожжи сухие, молоко пастер 3,2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, творог 9,0 % жирности, ванилин)	65	9,7	7,2	36,2	247	0
<b>Итого</b>			<b>225</b>	<b>13,9</b>	<b>11,2</b>	<b>53,8</b>	<b>370</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2010	69	РАГУ С КУРОЙ (грудка бройлера, цыпленка, картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	160	7,7	21,6	17,7	298	15,6
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимон, вода питьевая, сахар песок)	150			14,9	61	0,8
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>325</b>	<b>8,8</b>	<b>22</b>	<b>40,3</b>	<b>398</b>	<b>16,4</b>
<b>Всего</b>			<b>56,4</b>	<b>64,7</b>	<b>185</b>	<b>1552</b>	<b>18,06</b>	

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

## МЕНЮ

20 февраля 2025 г.  
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (крупа кукурузная, молоко пастер. 3.2 % жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180	3,3	3,6	8,9	82	0,3
2010	37	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа кукурузная, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	180			3,9	16	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, молоко пастер. 3.2 % жирности, сахар песок)	180	3,3	3,5	16,9	114	0,3
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		11,8	48	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
<b>Итого</b>			<b>402</b>	<b>10,7</b>	<b>13,2</b>	<b>41,3</b>	<b>330</b>	<b>0,7</b>
<b>Обед</b>								
2017	28	СУП-ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С ГРЕНКАМИ (морковь, горох пущеный, лук репчатый, мука пшеничная высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная, хлеб-батон пшеничный йодированный)	180/10	6,6	2,1	20,4	126	0,4
2010	17	С МЯСОМ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, соль йодированная)	15	4,1	2,9	0,1	42	0,06
2017 г	80	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (говядина 1 категории, соль йодированная, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, лавровый лист)	45/40	12,8	13,4	2,4	181	0,3
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	3,3	3,4	21	129	0
1997	548	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	40	0,6	1,3	2,9	27	0,9
2022г	1	КИСЕЛЁК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (кисель детский витаминизированный, вода питьевая)	180			24	395	20,1
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	30	2	0,4	12	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>665</b>	<b>30,5</b>	<b>23,9</b>	<b>90,5</b>	<b>999</b>	<b>21,76</b>
<b>Полдник</b>								
2010	103	СНЕЖОК (снежок)	197	5,1	4,9	21,6	152	0
2008	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи сухие, молоко пастер. 3.2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, творог 9,0 % жирности, ванилин)	75	10,4	7,2	38,9	261	0
<b>Итого</b>			<b>272</b>	<b>15,5</b>	<b>12,1</b>	<b>60,5</b>	<b>413</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2010	69	РАГУ С КУРОЙ (грудка бройлера цыпленка, картофель, масло подсолнечное, рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, лавровый лист)	160	7,5	21,7	16,3	293	14,3
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимон, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1		17,7	72	1
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>8,7</b>	<b>22,1</b>	<b>41,7</b>	<b>404</b>	<b>15,3</b>
<b>Всего</b>			<b>65,4</b>	<b>71,3</b>	<b>234</b>	<b>2146</b>	<b>37,76</b>	

Ст. медсестра  КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)  ВЕЛЬГЕР С В