

## МЕНЮ

27 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>									
2008		КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ <small>овсяные хлопья "Геркулес", крупа гречневая жидкая, вода питьевая, молоко пастер. 1,2% жирности, соль, гидролизованный сахар, лецитин, масло сливочное размягченное</small>	180	5,5	4	21,3	143	0,2	
2008		КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) <small>овсяные хлопья "Геркулес", крупа гречневая жидкая, вода питьевая, соль, гидролизованный сахар, лецитин, масло сливочное размягченное</small>	180	2,7	1	16,5	85	0	
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>масло сливочное размягченное</small>	4			2,9	0,1	26	0
2010	97	ЧАЙ С САХАРОМ МОЛОКОМ <small>чай зеленый безлистья, вода питьевая, молоко пастер. 1,2% жирности, сахар белый</small>	180	2,8	3	14,2	96	0,2	
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>чай зеленый безлистья, вода питьевая, сахар белый</small>	180	0,1		9,9	40	0	
2017	2	СЫР (порциями) <small>сыр российский</small>	8	1,8	2,3		29	0,1	
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб-батон пшеничный гидролизованный</small>	30	2,3	0,9	15,4	79	0	
<b>Итого</b>			<b>402</b>	<b>12,4</b>	<b>13,1</b>	<b>51</b>	<b>373</b>	<b>0,5</b>	
<b>Обед</b>									
1997	153	БУЛЬОН МЯСНОЙ <small>говядина, лук репчатый, морковь, петрушка, вода питьевая</small>	180	5,7	4,7	2,2	74	0,9	
1997	34	С КЛЕЦКАМИ <small>крупа манная, масло сливочное размягченное, яйца куриные, соль, молоко пастер. 1,2% жирности, соль, гидролизованный сахар</small>	20	1,3	1,2	5,4	37	0	
2010	59	ШНИЦЕЛИ ИЗ МЯСА <small>говядина, лук репчатый, хлеб-батон пшеничный гидролизованный, лук репчатый, морковь, петрушка, вода питьевая, соль, гидролизованный сахар, лецитин, масло сливочное размягченное, мука пшеничная высшего сорта, молоко пастеризованное разогретое</small>	70	10,8	11,7	11,1	190	0,4	
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ <small>капуста, морковь, лук репчатый, лук порей, соль, масло подсолнечное рафинированное, морковь, петрушка, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная высшего сорта, молоко пастер. 1,2% жирности, соль, гидролизованный сахар, лецитин, масло сливочное размягченное</small>	130	2,4	2,6	7,6	66	22,3	
2022г	1	КИСЕЛЕК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ <small>кисель, сахар белый, лимон, гидролизованный, вода питьевая</small>	180			24	395	20,1	
2022	2	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) <small>сок яблочный</small>	200	1	0,2	23	86	4	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной</small>	30	2	0,4	12	60	0	
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб-батон пшеничный гидролизованный</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0	
<b>Итого</b>			<b>625</b>	<b>23,3</b>	<b>21</b>	<b>70</b>	<b>861</b>	<b>43,7</b>	
<b>Полдник</b>									
2010	103	СНЕЖОК <small>эскимо</small>	170	4,4	4,3	18,7	131	0	
2010		СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) <small>сок яблочный</small>	200	1	0,2	19,8	86	4	
2008	108	ВАТРУШКА С ПОВИДЛО <small>мука пшеничная высшего сорта, сахар белый, масло сливочное размягченное, дрожжи, вода, куриные яйца, соль, гидролизованный сахар, лецитин, молоко пастер. 1,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное, ванилин, повидло</small>	60/20	6,6	3,9	57,6	291	0	
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>11</b>	<b>8,2</b>	<b>76,3</b>	<b>422</b>	<b>0</b>	
<b>Ужин</b>									
2017	102	СУФЛЕ КУРИНОЕ <small>руды куриная, яйца куриные, вода питьевая, соль, гидролизованный сахар, лецитин, мука пшеничная высшего сорта, молоко сливочное размягченное, сыр российский</small>	70	12,6	31,6	0,1	336	0	
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ <small>картофель, молоко пастер. 1,2% жирности, масло сливочное размягченное, соль, гидролизованный сахар</small>	130	2,9	4,1	10,2	111	4,06	
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА <small>шиповник, вода, сахар белый, вода питьевая</small>	180			11,6	47	0	
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб-батон пшеничный гидролизованный</small>	15	1,1	0,4	7,7	39	0	
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>16,6</b>	<b>36,1</b>	<b>29,6</b>	<b>533</b>	<b>4,06</b>	
<b>Всего</b>			<b>63,3</b>	<b>78,4</b>	<b>226,9</b>	<b>2189</b>	<b>48,26</b>		

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В

# МЕНЮ

27 марта 2025 г.  
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008		КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКА (овсяные хлопья "Геркулес", крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, йодированная, сахар песок, масло сливочное несоленое)	150	4,6	3,2	17,9	120	0,2
2010	40	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль, йодированная)	150	2,4	0,6	20,5	97	0
		С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (масло 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	2,3	2,4	13,5	86	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	1,4	1,8		22	0,05
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	25	1,9	0,7	12,8	65	0
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>10,2</b>	<b>11</b>	<b>44,3</b>	<b>319</b>	<b>0,45</b>
<b>Обед</b>								
1997	153	БУЛЬОН МЯСНОЙ (говядина 1 категории, морковь, лук репчатый, вода питьевая)	150	5	3,9	1,8	62	0,7
1997	34	С МАННЫМИ КЛЕЦКАМИ (крупа манная, масло сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, йодированная)	15	1,2	1,1	4,8	33	0
2010	59	ШНИЦЕЛИ ИЗ МЯСА (говядина 1 категории, хлеб-батон пшеничный йодированный, лук репчатый, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль, йодированная, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высший сорт)	65	9,9	10,6	9,2	172	0,3
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (соль, йодированная, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, лавровый лист, мука пшеничная высший сорт, вода питьевая)	130	2,5	2,3	7,8	65	22,3
2017	114	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ (яблоко протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	160			17,5	30	1,5
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дровяцкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
<b>Итого</b>			<b>545</b>	<b>20,3</b>	<b>18,2</b>	<b>51</b>	<b>412</b>	<b>24,8</b>
<b>Полдник</b>								
2010	103	СНЕЖОК (снежок)	150	3,9	3,8	16,5	116	0
2008	108	ВАТРУШКА С ПОВИДЛО (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль, йодированная, дрожжи сухие, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло подсолнечное рафинированное, ванилин, повидло)	60/20	7,6	5,1	61,7	321	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>11,5</b>	<b>8,9</b>	<b>78,2</b>	<b>437</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2017	102	СУФЛЕ КУРИНОЕ (филе куриное, шпинат, вода питьевая, соль, йодированная, яйца куриные (шт.), масло сливочное несоленое, сыр российский)	60	9,9	26,1	0,1	276	0
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сливочное несоленое, соль, йодированная)	110	2,4	3,4	8,6	94	3,44
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (овальное, сухой сахар песок, вода питьевая)	150			9,7	39	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	15	1,1	0,4	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>13,4</b>	<b>29,9</b>	<b>26,1</b>	<b>448</b>	<b>3,44</b>
<b>Всего</b>				<b>55,4</b>	<b>68</b>	<b>199,6</b>	<b>1616</b>	<b>28,69</b>

Ст. медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

ВЕЛЬГЕР С В