

МЕНЮ
22 мая 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								
2008		КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,6	3,2	18	121	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 сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	160	0,1		10,5	42	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
Итого			345	8	8,6	41,4	276	0,25
Обед								
1997	153	БУЛЬОН МЯСНОЙ (говядина 1 категории , морковь, лук репчатый, вода питьевая)	150	4,9	3,9	1,8	62	0,7
1997	34	С МАННЫМИ КЛЕЦКАМИ (крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная)	15	1	0,9	4,6	31	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 высш.сорт)	65	9,6	10,7	7,2	164	0,3
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (соль йодированная, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, лавровый лист, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая)	130	2,4	2,5	7,6	65	22,3
2017	114	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	160			17,3	31	1,5
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			545	19,6	18,3	48,4	403	24,8
Полдник								
2010	103	СНЕЖОК (снежок)	150	3,9	3,8	16,5	116	0
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ (аллергики) (пюре яблочное)	90			16,6	72	0
Итого			150	3,9	3,8	16,5	116	0
Ужин								
2017	102	СУФЛЕ КУРИНОЕ (грудка бройлера цыплята, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	60	10	26,3	0,1	277	0
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,4	3,4	8,6	94	3,44
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник 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
Итого			335	13,5	30,1	26,1	449	3,44
Всего				45	60,8	132,4	1244	28,49

Ст, медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

УШАКОВА И А

Согласовано

Заведующий
МДОУ № 12 "Полянка"
КАСЬЯНОВА Н В

МЕНЮ

22 мая 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								
2008		КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", крупа гречневая ядрица, вода питьевая, молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,6	3,2	18	121	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 сладко-сливочное несоленое)	4		2,9	0,1	26	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	160	0,1		10,5	42	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
Итого			345	8	8,6	41,4	276	0,25
Обед								
1997	153	БУЛЬОН МЯСНОЙ (говядина 1 категории , морковь, лук репчатый, вода питьевая)	150	4,9	3,9	1,8	62	0,7
1997	34	С МАННЫМИ КЛЕЦКАМИ (крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2 % жирности, соль йодированная)	15	1	0,9	4,6	31	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 высш.сорт)	65	9,6	10,7	7,2	164	0,3
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (соль йодированная, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, лавровый лист, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая)	130	2,4	2,5	7,6	65	22,3
2017	114	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ (клюква протертая с сахаром, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	160			17,3	31	1,5
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			545	19,6	18,3	48,4	403	24,8
Полдник								
2010	103	СНЕЖОК (снежок)	150	3,9	3,8	16,5	116	0
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ (аллергики) (пюре яблочное)	90			16,6	72	0
Итого			150	3,9	3,8	16,5	116	0
Ужин								
2017	102	СУФЛЕ КУРИНОЕ (грудка бройлера цыплята, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	60	10	26,3	0,1	277	0
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2 % жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,4	3,4	8,6	94	3,44
2017	113	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник 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
Итого			335	13,5	30,1	26,1	449	3,44
Всего				45	60,8	132,4	1244	28,49

Ст, медсестра

КОРОВКИНА В С

Шеф повар (зав. производством)

УШАКОВА И А