

МЕНЮ

30 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								
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	17,8	118	0,2
2010	39	КАША,ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная)	150	4,2	1,1	24	123	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	14,8	101	0,2
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (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	43	342	0,4
Обед								
2010г	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ (картофель, овсяные хлопья "геркулес", морковь, лук репчатый, огурцы соленные, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная, говядина 1 категории)	150/15	4,7	4,5	11	103	3,1
2017		И СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	3	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	11,9	19,8	10,5	275	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	1,7	4,6	39	1,9
2010	90	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки красные, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	160			9,7	39	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб "дарницкий")	25	1,7	0,3	9,9	50	0
Итого			518	19,3	26,9	45,8	512	13,92
Полдник								
2010		СОК (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			250	4	2,6	57,3	269	4

МЕНЮ

30 мая 2025 г.
Сад 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)	180	5,8	4	21,7	146	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)	180	4,5	4,6	20,3	141	0,4
2017	1	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порционно) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,1	6,6	0,1	60	0
		ХЛЕБ-БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб-батон пшеничный йодированный)	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			402	12,7	19	57,6	452	0,6
Обед								
2010г	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ (картофель, овсяные хлопья "геркулес", морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, лавровый лист, соль йодированная, говядина 1 категории)	180/15	4,6	4,5	12,8	111	4,1
2017		И СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности)	4	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 йодированная, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, томатная паста, лавровый лист, яйца куриные (шт.))	80/80	13,2	21,8	11,7	306	9,6
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)	50	1,1	2,1	6,2	49	2,6
2010	90	КОМПОТ ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки красные, вода питьевая, сахар песок)	180			11,6	47	0
		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
Итого			634	22,1	30	62,2	620	16,32
Полдник								
2010		СОК (сок яблочный)	200	1	0,2	19,8	86	4
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			250	4	2,6	57,3	269	4