



МЕНЮ
17 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,7	6,3	16	142	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	30/4/4	2,3	3,7	15,1	103	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 2.5% жирности, сахар песок, вода питьевая)	180	1,7	1,5	9	57	0,3
Итого			368	8,7	11,5	40,1	302	0,9
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (сок яблочный)	101	0,5	0,1	10,2	44	2
Итого			101	0,5	0,1	10,2	44	2
Обед								
2012	62	БОРЩ С КУРИЦЕЙ (бройлеры цыпята потрош. 1 категории, свекла, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, картофель, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности, вода питьевая, соль йодированная)	150	4,2	4,6	12,4	109	13,1
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (бройлеры цыпята потрош. 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	120	6,8	7,9	17,5	170	9,2
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	41	2,7	0,4	17,3	83	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			5,5	22	0
Итого			461	13,7	12,9	52,7	384	22,3
Полдник								
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2.5% жирности, мука пшеничная высш.сорт., дрожжи, соль йодированная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	60	5,8	2,1	33,1	173	0,1
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2.5% жирности)	97	2,7	2,3	4,6	51	0,5
Итого			157	8,5	4,4	37,7	224	0,6
Ужин								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ (творог 5.0% жирности, молоко пастер. 2.5% жирности, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	110	10,4	9,8	12,3	180	0,2
2012	428	ПОВИДЛО (повидло)	14	0,1		9	36	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2.5% жирности, сахар песок, вода питьевая)	180	3	2,5	10,2	76	0,5
Итого			334	15,8	12,5	46,6	363	0,8
Всего				47,2	41,4	187,3	1317	26,6

Бухгалтер Белова О.В.

Повар