

МЕНЮ

13 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,05	3,86	9,97	91,50	0,03
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,90	4,53	22,46	150,67	0,42
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	2,20	4,39	25,44	149,62	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,72	2,17	11,92	78,79	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергии)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
Итого			350	11,67	10,56	44,35	320,96	0,92
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ГРУША (аллергии)	81	0,30	0,20	8,20	37,60	4,00
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	4,49	4,08	8,55	88,82	3,18
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	50	10,93	3,37	1,54	79,91	0,03
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	13,13	8,82	0,00	133,35	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,57	4,49	16,98	119,09	7,93
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	130	2,73	4,65	17,68	120,59	9,09
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,01	0,00	17,22	68,88	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергии)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАТОН	10	0,75	0,29	5,14	26,20	0,00
Итого			570	20,39	12,45	58,59	428,89	13,14
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100	9,95	12,66	14,73	212,97	0,94
2008	265	ПЛОВ (аллергии)	110	12,38	12,31	18,14	233,19	0,72
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,66	5,51	17,64	135,01	5,04
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,31	1,85	10,22	67,37	0,43
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергии)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2008		ГРУША	70	0,28	0,21	7,20	32,84	3,49
Итого			385	17,19	20,36	56,15	478,78	9,90
Всего				52,75	46,50	164,73	1 299,27	24,84

Повар _____

Филина М.И.

МЕНЮ

13 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,52	5,54	11,40	118,61	0,05
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,21	7,46	28,33	205,80	0,50
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	180	2,64	5,26	30,53	179,54	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,95	2,31	11,68	79,90	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
Итого			400	14,68	15,31	51,41	404,31	1,05
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,66	0,88
2008		ГРУША (аллергики)	80	0,30	0,20	8,20	37,60	4,00
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,66	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,21	4,53	11,28	102,70	4,08
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	11,30	4,20	2,05	91,13	0,04
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,50	11,76	0,00	177,80	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,97	4,93	19,57	135,13	9,15
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	150	3,18	5,49	21,42	148,38	10,39
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,01	0,00	22,61	90,44	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			721	23,13	14,84	84,50	565,69	15,77
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	13,29	16,75	23,11	296,79	1,19
2008	265	ПЛОВ (аллергики)	135	15,21	15,12	22,28	286,48	0,88
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	65	5,31	5,75	27,03	181,21	6,50
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,78	2,23	10,54	73,94	0,52
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2008		ГРУША	75	0,30	0,22	7,72	35,24	3,75
Итого			465	22,67	25,08	74,76	617,77	11,96
Всего				63,98	58,36	216,31	1 658,43	29,66

Повар _____

Филина М.И.