

МЕНЮ
16 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	4,06	3,93	9,48	90,22	0,08
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,71	5,55	21,91	153,09	0,41
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,20	4,39	25,44	149,62	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,96	2,42	10,55	76,74	0,44
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
Итого			350	10,73	11,90	41,94	320,05	0,93
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ГРУША (аллергики)	81	0,30	0,20	8,20	37,60	4,00
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30	0,25	1,69	2,34	26,07	0,85
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,28	4,64	5,35	82,87	7,82
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10	2,42	1,38	2,68	33,23	8,26
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30	12,90	7,50	0,40	136,70	10,20
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,84	4,05	24,56	150,09	0,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	110	6,10	9,58	27,50	220,48	0,00
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,34	0,20	8,51	41,00	0,00
Итого			555	22,61	18,08	41,16	436,73	18,87
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	50	6,84	4,46	4,41	85,01	0,15
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики)	50	7,67	7,77	3,99	118,65	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,32	3,73	15,69	105,72	7,61
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,59	0,24	14,24	72,81	72,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,98	0,15	6,37	30,53	0,00
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
2008		БАНАН	70	1,06	0,35	14,78	67,58	7,04
2008		ГРУША (аллергики)	72	0,29	0,22	7,41	33,83	3,60
Итого			415	12,35	9,59	70,95	432,45	86,80
Всего				49,19	42,70	159,69	1 259,87	107,48

Повар _____

Филина М.И.

МЕНЮ
16 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	6,09	6,45	9,97	123,52	0,14
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,46	6,57	25,97	181,31	0,50
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	180	2,64	5,26	30,53	179,54	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,17	2,58	12,62	87,41	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
Итого			400	13,72	15,60	48,56	392,24	1,11
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ГРУША (аллергики)	80	0,30	0,20	8,20	37,60	4,00
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,41	3,51	3,47	47,94	1,24
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,11	5,32	7,20	98,06	10,20
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10	2,62	1,39	3,22	36,44	10,42
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60/30	16,25	7,72	2,54	168,10	12,32
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/5	5,64	4,67	35,97	208,54	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
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
Итого			725	29,30	21,66	80,08	661,23	27,36
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	9,03	5,51	5,97	109,62	0,22
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики)	70	10,12	10,26	5,27	156,62	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,52	4,06	17,08	115,29	8,29
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,72	0,29	19,82	98,31	86,56
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008		БАТОН	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
2008		ГРУША (аллергики)	69	0,28	0,21	7,11	32,42	3,45
Итого			505	16,61	11,82	96,95	576,71	102,07
Всего				63,13	52,21	231,23	1 700,82	131,42