

МЕНЮ
10 марта 2025 г.

Сад 10 часов

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
	1	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ (сахар песок, макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	180	3,3	5,1	14,5	118	0,4
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,9	72,4	1,3	657	0
2010	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	180	2,1	2,1	11,2	73	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	7,6	0,6	52,3	232	0
Итого			407	13,9	80,2	79,3	1080	0,8
II Завтрак								
		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,4	0,4	9,5	46	4
		НАПИТОК УЗВАР (напиток витаминизированный (концентрат))	220					0
Итого			280	0,4	0,4	9,5	46	4
Обед								
2010	81	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая)	200/8	2,5	0,2	10,9	54	4,65
2010	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, лук репчатый, свинина мясная, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт)	180/7/5	16,7	38,1	19,4	501	24,2
2010	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сахар песок, сушеные абрикосы без косточки (курага), вода)	180	1	0,1	19,6	84	0,3
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	37	4,7	0,7	49,8	214	0
Итого			652	24,9	39,1	99,7	853	29,15
Полдник								
2010	449	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, дрожжи, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, повидло)	100/15	6,9	6,4	43,8	259	0,3
2005	965	МОЛОКО (молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,3	5,9	8,6	110	1
Итого			295	12,2	12,3	52,4	369	1,3
Всего				51,4	132	240,9	2348	35,25

ЗАВЕДУЮЩИЙ

ПАВЛОВА М.В.



МЕНЮ
10 марта 2025 г.

Ясли 10 часов

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергети-ческая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
	1	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ (сахар песок, макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	180	3,3	5	14,3	117	0,4
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,9	72,4	1,3	657	0
2010	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	150	1,8	1,8	11,4	70	0,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			365	8,3	79,4	42,1	915	0,7
II Завтрак								
		ЯБЛОКО (яблоки)	80	0,3	0,3	7,6	36	3,2
		СОК	153					0
Итого			260	0,3	0,3	7,6	36	3,2
Обед								
2010	81	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая)	180/8	2,5	0,2	10,9	54	4,65
2010	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, лук репчатый, свинина мясная, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, сметана 15% жирности, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт)	180/5/5	14,1	33,2	15,1	429	16,5
2010	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сахар песок, сушеные абрикосы без косточки (курага), вода)	150	0,8		15,5	66	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	4,7	0,7	49,8	214	0
Итого			558	22,1	34,1	91,3	763	21,35
Полдник								
2010	449	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, дрожжи, сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, повидло)	100/15	7,2	6,4	43,5	259	0,3
2005	965	МОЛОКО (молоко пастер. 3,2% жирности)	150	5,2	4,5	8,6	97	2,34
Итого			265	12,4	10,9	52,1	356	2,64
Всего				43,1	124,7	193,1	2070	27,89

ЗАВЕДУЮЩИЙ

ПАВЛОВА М.В.

