

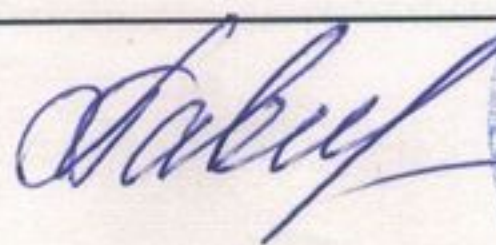
# МЕНЮ

11 марта 2025 г.

САД 10 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5	7,3	20,9	170	0,4
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,9	72,4	1,3	657	0
2010	7	СЫР (сыр российский)	7	23,4	30		370	1,6
2010	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	150	3,6	3,8	13,6	104	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	32	7,6	0,6	52,3	232	0
Итого			350	40,5	114,1	88,1	1533	2,6
II Завтрак								
2010	399	СОК (сок)	180	0,5		9,1	38	2
								0
Итого			165	0,5		9,1	38	2
Обед								
	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, полуфабр.говяд.котлетн.мясо)	180/30	6,6	4,5	9,6	106	4,8
1982	146	РЫБА ОТВАРНАЯ ПОД МАРИНАДОМ (рыба минтай неразделанный, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, вода питьевая)	50/50	11,5	3	7,3	102	2,7
2010	321	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная)	110	2,2	1	15,2	78	7,3
2007	348	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая)	150	0,3	0,1	16,1	67	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	38	4,7	0,7	49,8	214	0
Итого			600	25,3	9,3	98	567	14,8
Полдник								
1982	499	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ (творог 9% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт)	80/20	1,7	5,6	14,4	114	0,1
2010	401	СНЕЖОК (напиток снежок)	150	4,1	4,9	5,8	125	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	32	7,6	0,6	52,3	232	0
Итого			285	13,4	11,1	72,5	471	0,7
Всего				79,7	134,5	267,7	2609	20,1

ЗАВЕДУЮЩИЙ



ПАВЛОВА М.В.





## МЕНЮ

11 марта 2025 г.

Ясли 10 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5	7,3	20,9	170	0,4
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,9	72,4	1,3	657	0
2010	7	СЫР (сыр российский)	5	23,4	30		370	1,6
2010	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	150	3,6	3,8	13,6	104	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	7,6	0,6	52,3	232	0
Итого			350	40,5	114,1	88,1	1533	2,6
II Завтрак								
2010	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок)	150	0,5		9,1	38	2
		МАРМЕЛАД (мармелад)	15					0
Итого			165	0,5		9,1	38	2
Обед								
	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, полуфабр.говяд.котлетн.мясо)	180/30	6,6	4,5	9,6	106	4,8
1982	146	РЫБА ОТВАРНАЯ ПОД МАРИНАДОМ (рыба минтай неразделанный, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, вода питьевая)	50/50	11,5	3	7,3	102	2,7
2010	321	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная)	110	2,2	1	15,2	78	7,3
2007	348	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая)	150	0,3	0,1	16,1	67	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	4,7	0,7	49,8	214	0
Итого			600	25,3	9,3	98	567	14,8
Полдник								
1982	499	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ (творог 9% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт)	80/20	1,7	5,6	14,4	114	0,1
2010	401	СНЕЖОК (напиток снежок)	150	4,1	4,9	5,8	125	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	7,6	0,6	52,3	232	0
Итого			285	13,4	11,1	72,5	471	0,7
Всего				79,7	134,5	267,7	2609	20,1

ЗАВЕДУЮЩИЙ

ПАВЛОВА М.В.