

# МЕНЮ

13 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								
2010	185	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНАЯ (ЖИДКАЯ) (пшено, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	180	8,26	5,63	33,93	220,64	0,78
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,90	72,40	1,30	657,00	0,00
2010	7	СЫР (сыр российский)	7	1,56	1,98	0,00	24,43	0,02
2010	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	150	3,63	3,88	13,36	104,01	0,62
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	36	7,60	0,60	52,30	232,00	0,00
Итого			384	21,95	84,49	100,89	1 238,08	1,42
II Завтрак								
		ЯБЛОКО (яблоки)	80	0,31	0,31	7,60	36,45	3,20
Итого			80	0,31	0,31	7,60	36,45	3,20
Обед								
2010	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, вода питьевая)	200	3,18	1,76	18,88	104,33	3,73
2010	314	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	3,07	3,23	13,82	96,51	0,00
2008	259	ГУЛЯШ (свинина мясная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт)	50/50	11,59	29,40	3,46	325,02	0,99
	122	КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	180	0,00	0,00	19,82	79,28	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	37	4,70	0,70	49,80	214,00	0,00
Итого			647	22,54	35,09	105,78	819,14	4,72
Полдник								
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная)	130	2,42	4,14	6,87	75,94	22,56
2010	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.))	40	12,70	11,50	0,70	157,00	0,00
2010	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	150	0,10	0,00	7,98	32,32	0,02
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	36	7,60	0,60	52,30	232,00	0,00
Итого			380	22,82	16,24	67,85	497,26	22,58
Всего				67,62	136,13	282,12	2 590,93	31,92

ЗАВЕДУЮЩИЙ

ПАВЛОВА М.В.



# МЕНЮ

13 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								
2010	185	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНАЯ (ЖИДКАЯ) (пшено, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	150	6,86	4,68	28,09	182,85	0,65
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,90	72,40	1,30	657,00	0,00
2010	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	150	3,54	3,83	12,46	99,47	0,62
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			335	13,59	81,10	56,90	1 010,37	1,27
II Завтрак								
		ЯБЛОКО (яблоки)	80	0,31	0,31	7,60	36,45	3,20
Итого			80	0,31	0,31	7,60	36,45	3,20
Обед								
2010	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, вода питьевая)	180	3,08	1,53	17,37	95,66	3,36
2010	314	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	3,03	3,09	13,70	94,53	0,00
2008	259	ГУЛЯШ (свинина мясная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт)	50/50	10,31	26,82	3,41	296,58	1,04
	122	КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ (кисель (концентрат) на фруктовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	150	0,00	0,00	16,42	65,68	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	4,70	0,70	49,80	214,00	0,00
Итого			590	21,12	32,14	100,70	766,45	4,40
Полдник								
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь, лук репчатый, вода питьевая)	125	1,65	4,94	4,76	71,13	15,17
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2010	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные (шт.))	40	12,70	11,50	0,70	157,00	0,00
2010	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	150	0,10	0,00	7,80	31,61	0,02
Итого			345	16,74	16,63	28,31	330,79	15,19
Всего				51,76	130,18	193,51	2 144,06	24,06

ЗАВЕДУЮЩИЙ



ПАВЛОВА М.В.