

# МЕНЮ

17 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)	180	3,52	2,63	15,71	101,26	0,42
2010	2	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,62	0,06	50,93	0,00
2010	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	180	5,02	5,40	15,62	132,69	0,88
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	38	2,96	0,24	19,47	91,89	0,00
Итого			407	11,54	13,89	50,86	376,77	1,30
II Завтрак								
		СОК (сок)	190	0,52	0,00	21,48	90,79	0,00
Итого			190	0,52	0,00	21,48	90,79	0,00
Обед								
2010		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, вода питьевая, сметана 15% жирности, картофель)	200/9	1,76	1,50	8,50	59,17	10,33
2010		КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	3,69	5,72	16,62	132,58	0,00
2010	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, сухофрукты (смесь), вода питьевая)	180	0,00	0,00	7,83	31,29	0,00
2008	259	ГУЛЯШ (свинина мясная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт)	50/50	11,56	29,51	3,40	325,66	0,98
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	36	1,69	0,25	17,88	76,80	0,00
Итого			646	18,70	36,98	54,23	625,50	11,31
Полдник								
2010		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (сахар песок, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, творог 9% жирности)	70/10	1,63	1,68	9,67	60,32	0,03
к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2010	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,10	0,00	8,03	32,51	0,02
Итого			250	3,23	3,64	32,58	176,23	0,05
Всего				33,99	54,51	159,15	1 269,29	12,66

ЗАВЕДУЮЩИЙ

ПАВЛОВА М.В.





# МЕНЮ

17 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								
	1	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая)	150	3,26	2,48	14,51	94,07	0,39
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,03	4,31	0,04	39,07	0,00
2010	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	150	3,56	3,84	12,99	101,75	0,62
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	7,60	0,60	52,30	232,00	0,00
			340	14,45	11,23	79,84	466,89	1,01
Итого								
II Завтрак								
		СОК (сок)	150	0,44	0,00	17,90	75,66	0,00
			150	0,44	0,00	17,90	75,66	0,00
Итого								
Обед								
2010	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15% жирности)	180/7	1,43	1,17	6,61	46,19	8,84
2008	259	ГУЛЯШ (свинина мясная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт)	50/50	9,55	24,69	3,33	274,03	0,83
2010	314	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, крупа гречневая ядрица, вода питьевая)	120	3,20	3,50	17,00	107,00	0,00
2010	376	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, сухофрукты (смесь), вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,44	29,76	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	4,70	0,70	49,80	214,00	0,00
			587	18,88	30,06	84,18	670,98	9,67
Итого								
Полдник								
2010	229	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (творог 9% жирности, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	60/10	1,22	1,17	7,87	46,87	0,02
		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	20	1,46	1,90	14,43	80,90	0,00
2010	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150	0,08	0,00	6,86	27,70	0,02
			240	2,76	3,07	29,16	155,47	0,04
Итого								
Всего								
				36,53	44,36	211,08	1 369,00	10,72

ЗАВЕДУЮЩИЙ

ПАВЛОВА М.В.