

# МЕНЮ

26 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								
2007	181	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ (крупа манная, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200/4	6,48	4,02	29,62	180,49	0,62
2010	7	СЫР (сыр российский)	7	1,75	2,21	0,00	27,32	0,02
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,90	72,40	1,30	657,00	0,00
2010	392	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	1,51	1,55	11,13	64,90	0,28
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	32	2,44	0,20	16,01	75,58	0,00
Итого			430	13,08	80,38	58,06	1 005,29	0,92
II Завтрак								
		СОК (сок)	200	0,60	0,00	24,60	104,00	0,00
Итого			200	0,60	0,00	24,60	104,00	0,00
Обед								
1982	50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (икра из кабачков)	49	0,92	4,32	3,74	57,73	3,40
2010	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	200/8	1,41	1,20	6,92	44,64	9,64
2010	317	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	130	4,29	3,73	27,38	160,45	0,00
2007	294	КОТЛЕТА ИЗ ПТИЦЫ (куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	80	15,82	18,49	3,67	244,22	0,69
2007	342	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,19	0,19	12,58	54,09	2,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	36	1,68	0,25	17,79	76,46	0,00
Итого			683	24,31	28,18	72,08	637,59	15,73
Полдник								
2007	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	14,02	18,59	3,39	237,32	0,30
2010	401	СНЕЖОК (напиток снежок)	200	5,60	6,80	8,00	172,00	1,80
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			360	21,91	25,58	26,44	480,37	2,10
Всего				59,90	134,14	181,18	2 227,25	18,75

ЗАВЕДУЮЩИЙ

М. В. ПАВЛОВА





## МЕНЮ

26 марта 2025 г.

Ясли 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								
2007	181	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ (крупа манная, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок)	150	4,74	2,92	21,66	131,77	0,45
2010	392	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	1,26	1,30	9,81	56,36	0,24
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	29	2,21	0,18	14,55	68,68	0,00
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,90	72,40	1,30	657,00	0,00
Итого			334	9,11	76,80	47,32	913,81	0,69
II Завтрак								
2007	389	СОК (сок)	150	0,47	0,00	19,09	80,70	0,00
Итого			150	0,47	0,00	19,09	80,70	0,00
Обед								
1982	50	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (икра из кабачков)	48	0,91	4,27	3,70	57,12	3,36
2010	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	180/8	1,27	8,87	6,28	110,59	8,71
2007	294	КОТЛЕТА ИЗ ПТИЦЫ (куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	60	14,06	16,28	2,91	214,06	0,59
2010	317	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	120	3,70	3,00	26,40	141,00	0,00
2007	342	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,16	0,16	10,62	45,53	1,62
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	36	1,68	0,25	17,78	76,39	0,00
Итого			602	21,78	32,83	67,69	644,69	14,28
Полдник								
2010	401	СНЕЖОК (напиток снежок)	150	4,48	5,44	6,40	137,60	1,44
2007	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	10,61	13,74	1,92	173,72	0,29
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	27	2,06	0,17	13,55	63,94	0,00
Итого			307	17,15	19,35	21,87	375,26	1,73
Всего				48,51	128,98	155,97	2 014,46	16,70

ЗАВЕДУЮЩИЙ

М.В. ПАВЛОВА

