

МЕНЮ

7 апреля 2025 г.
Сад 10 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	281	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕСОВАЯ" ЖИДКАЯ (крупа "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	3,35	7,73	10,34	125,27	0,61
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,90	72,40	1,30	657,00	0,00
2010	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	180	2,17	2,17	11,03	72,90	0,36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	59	7,60	0,60	52,30	232,00	0,00
Итого			446	14,02	82,90	74,97	1 087,17	0,97
II Завтрак								
2010	371	АПЕЛЬСИН (апельсин)	72	0,90	0,00	8,40	38,00	60,00
Итого			72	0,90	0,00	8,40	38,00	60,00
Обед								
2010	81	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох пущеный, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая)	200/8	2,50	0,20	10,90	54,00	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)	200/7/5	15,68	35,35	17,19	459,28	23,80
2010	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сахар песок, сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая)	180	1,00	0,06	17,47	75,25	0,32
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	37	4,70	0,70	49,80	214,00	0,00
Итого			637	23,88	36,31	95,36	802,53	28,77
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)	95/15	6,54	6,08	48,29	274,08	0,27
2005	965	МОЛОКО (молоко пастер. 3,2% жирности)	161	4,76	5,26	7,72	98,61	0,88
Итого			271	11,30	11,34	56,01	372,69	1,15
Всего			50,10	130,55	234,74	2 300,39	90,89	

ЗАВЕДУЮЩИЙ

М.В. ПАВЛОВА



МЕНЮ

7 апреля 2025 г.
Ясли 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	281	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕСОВАЯ" ЖИДКАЯ (крупа "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,52	5,92	6,98	92,07	0,46
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	4	0,90	72,40	1,30	657,00	0,00
2010	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	150	1,89	1,86	7,65	55,37	0,31
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	31	2,37	0,19	15,56	73,41	0,00
Итого			335	7,68	80,37	31,49	877,85	0,77
II Завтрак								
2010	371	АПЕЛЬСИН (апельсин)	80	0,72	0,16	6,46	34,28	47,84
Итого			80	0,72	0,16	6,46	34,28	47,84
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	2,50	0,20	10,90	54,00	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)	175/5/5	14,56	31,95	15,78	419,23	21,28
2010	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сахар песок, сушеные абрикосы без косточки (курага), вода питьевая)	150	0,76	0,05	13,23	56,98	0,24
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	54	4,70	0,70	49,80	214,00	0,00
Итого			577	22,52	32,90	89,71	744,21	26,17
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 рафинированое, повидло)	100/10	7,31	6,53	43,60	262,49	0,28
2005	965	МОЛОКО (молоко пастер. 3,2% жирности)	150	5,20	4,50	8,64	97,20	2,34
Итого			260	12,51	11,03	52,24	359,69	2,62
Всего				43,43	124,46	179,90	2 016,03	77,40

ЗАВЕДУЮЩИЙ



М.В. ПАВЛОВА