

МЕНЮ

14.11.2025

Ясли 10 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен-ность, кал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	185	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ (ЖИДКАЯ) (крупа рисовая, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,67	4,89	21,51	149,59	0,64
2010	395	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	155	3,69	3,83	12,15	98,80	0,64
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	6	0,90	72,40	1,30	657,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого			331	10,79	81,24	45,00	952,75	1,28
II Завтрак								
		СОК (сок)	100	0,32	0,00	13,26	56,05	0,00
Итого			100	0,32	0,00	13,26	56,05	0,00
Обед								
1982	225	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель, соль йодированная, вода питьевая, морковь, лук репчатый, яйца куриные (шт.), рыба минтай неразделанный)	180/15	1,55	0,68	7,60	42,94	3,72
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый)	120	1,61	8,07	9,51	117,57	7,15
2010	289	ШНИЦЕЛЬ ПАРОВОЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, свинина мясная)	170	7,84	17,70	6,04	214,85	0,07
2010	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сахар песок, вода питьевая, сушеные абрикосы без косточки (курага))	150	0,62	0,04	11,41	49,01	0,20
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	4,70	0,70	49,80	214,00	0,00
Итого			665	16,32	27,19	84,36	638,37	11,14
Полдник								
2010	33	САЛАТ ИЗ СВЁКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,43	2,18	2,50	31,33	1,17
2012	262	ТЕФТЕЛИ ИЗ РЫБЫ (вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	60	0,46	2,19	3,01	33,63	0,15
2010	393	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	150/6	0,07	0,00	4,45	18,01	0,01
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого			266	2,49	4,49	20,00	130,33	1,33
Всего				29,92	112,92	162,62	1 777,50	13,75

заведующий Павлова М. В.шеф-повар Евсеева Л.А.

МЕНЮ

14.11.2025

Сад 10 часов

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	185	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ (ЖИДКАЯ) (крупа рисовая, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,38	5,63	21,99	161,36	0,78
2010	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	180	4,70	4,97	14,09	121,08	0,83
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,90	72,40	1,30	657,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	3,80	0,30	26,15	116,00	0,00
Итого			357	14,78	83,30	63,53	1 055,44	1,61
II Завтрак								
		ЯБЛОКО (яблоки)	90	0,38	0,38	9,18	44,01	3,86
Итого			90	0,38	0,38	9,18	44,01	3,86
Обед								
1982	225	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель, соль йодированная, вода питьевая, морковь, лук репчатый, яйца куриные (шт.), рыба минтай неразделанный)	200/20	1,57	0,37	11,38	55,45	5,64
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый)	130	1,73	7,94	10,54	121,16	7,77
2010	289	ШНИЦЕЛЬ ПАРОВОЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое свинина мясная)	145	9,39	21,63	6,16	257,23	0,14
2010	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сахар песок, вода питьевая, сушеные абрикосы без косточки (курага))	180	0,66	0,04	12,19	52,29	0,21
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	2,46	0,37	26,05	111,97	0,00
Итого			725	15,81	30,35	66,32	598,10	13,76
Полдник								
2010	33	САЛАТ ИЗ СВЁКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,44	2,01	2,53	29,91	1,19
2012	262	ТЕФТЕЛИ ИЗ РЫБЫ (вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	395	17,58	6,75	3,36	144,84	0,46
2010	393	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	180/6	0,08	0,00	5,10	20,73	0,02
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	26	1,98	0,16	13,01	61,38	0,00
Итого			637	20,08	8,92	24,00	256,86	1,67
Всего				51,05	122,95	163,03	1 954,41	20,90

заведующий

Павлова М. В.

шеф-повар

Евсеева Л. А.

