

МЕНЮ
18.11.2025

Ясли 10 часов

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Витг-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, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	155	4,28	5,15	17,54	134,23	0,46
2010	392	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности)	155	1,24	1,28	8,09	49,10	0,24
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	5	0,90	72,40	1,30	657,00	0,00
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2010	7	СЫР (сыр российский)	5	1,02	1,30	0,00	16,04	0,01
Итого			350	9,73	80,32	41,98	927,42	0,71
II Завтрак								
2010	371	АПЕЛЬСИН (апельсин)	120	1,05	0,23	9,47	50,24	28,90
Итого			120	1,05	0,23	9,47	50,24	28,90
Обед								
		ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ (томаты грунтовые)	30	0,32	0,06	1,10	6,92	2,97
2010	85	ЛАПША ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	180	2,30	3,19	10,61	80,34	0,50
	414	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (куры потрош. 1 категории, морковь)	60	15,16	15,30	0,14	198,55	0,66
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, томатная	125	1,78	7,87	10,54	120,53	8,14
	122	КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	155	0,00	0,00	18,35	73,40	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	25	4,70	0,70	49,80	214,00	0,00
Итого			575	24,26	27,12	90,54	693,74	12,27
Полдник								
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый)	50	0,58	5,09	3,36	61,80	2,22
2010	140,24	БЕЛИП (творог 9% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, рыба минтай неразделанный)	65	0,62	2,99	0,04	29,47	0,00
2010	401	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	118	3,31	2,85	4,56	60,41	0,33
2010	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	55	4,61	5,11	25,23	165,02	0,08
Итого			288	9,12	16,04	33,19	316,70	2,63
Всего				44,16	123,71	175,18	1 988,10	44,51

заведующий

Павлова М. В.

шеф-повар

Евсеева П.А.



МЕНЮ

18.11.2025

Сад 10 часов

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, 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, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,84	5,10	19,25	143,02	0,52
2010	392	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности)	200	1,51	1,55	8,24	53,34	0,28
	299.15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт.)	40	7,60	0,60	52,30	232,00	0,00
2010	2	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,53	0,06	50,10	0,00
2010	7	СЫР (сыр российский)	7	1,56	1,98	0,00	24,45	0,02
Итого			404	15,54	14,76	79,85	502,91	0,82
II Завтрак								
2010	371	АПЕЛЬСИН (апельсин)	120	1,08	0,24	9,72	51,60	72,00
Итого			120	1,08	0,24	9,72	51,60	72,00
Обед								
		ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ (томаты грунтовые)	50	0,52	0,10	1,82	11,52	4,95
2010	85	ЛАПША ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт., яйца куриные (шт.), морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	200	2,39	2,50	12,13	80,66	0,50
	414	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (куры потрош. 1 категории, морковь)	80	20,22	20,41	0,16	264,78	0,86
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, томатная	125	1,88	7,77	11,10	122,59	8,32
	122	КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая, сахар песок)	180	0,00	0,00	19,73	78,92	0,00
	299.17	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	3,81	0,57	40,38	173,51	0,00
Итого			665	28,82	31,35	85,32	731,98	14,63
Полдник								
2003	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное лук репчатый)	50	0,72	5,10	3,62	64,14	3,25
2010	140,24	БЕЛИП (творог 9% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное соль йодированная рыба минтай неразделанный)	65	0,48	4,35	0,03	41,14	0,00
2010	401	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	156	4,39	3,78	6,06	80,30	0,44
2010	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	50	3,97	4,91	25,34	161,24	0,08
Итого			321	9,56	18,14	35,05	346,82	3,77
Всего				55,00	64,49	209,94	1 633,31	91,22

заведующий

Павлова М. В.

шеф-повар

Евсеева Л.А.

