

МЕНЮ

19.11.2025

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								
1981	417	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ (крупа гречневая ядрица, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	150	5,58	3,59	19,83	134,54	0,47
2010	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	150	1,77	1,74	10,48	65,08	0,29
2010	7	СЫР (сыр российский)	7	1,59	2,03	0,00	24,97	0,02
2010	6	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,69	0,06	51,59	0,00
	299.15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	5,70	0,45	39,23	174,00	0,00
Итого			344	14,68	13,50	69,60	450,18	0,78
II Завтрак								
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "УЗВАР" (напиток витаминизированный (концентрат))	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
		ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ (томаты грунтовые)	50	0,52	0,10	1,82	11,52	4,95
	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	200	1,02	1,27	7,81	46,98	3,84
2007	105	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), свинина мясная)	130	3,72	8,42	0,17	91,44	0,08
2010	256	КОТЛЕТА РЫБНАЯ "ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ" (морковь, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, лук репчатый, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, рыба минтай (мороззеданная))	220	15,39	4,42	4,56	120,00	0,74
2010	317	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	100	3,76	3,12	24,04	139,30	0,00
2007	342	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	180	0,19	0,19	11,65	50,35	2,00
	299.17	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	30	3,81	0,57	40,38	173,51	0,00
Итого			910	28,41	18,09	90,43	633,10	11,51
Полдник								
2007	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	120	13,25	16,24	2,16	207,93	0,16
2010	401	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	170	4,79	4,13	6,61	87,51	0,48
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25	1,92	0,16	12,60	59,47	0,00
Итого			315	19,96	20,53	21,37	354,91	0,64
Всего				63,05	52,12	181,40	1 438,19	13,03

заведующий

Павлова М. В

шеф-повар

Евсеева Л.А.

МЕНЮ

19.11.2025

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								
1981	417	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ (крупа гречневая ядрица, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	120	3,54	2,58	11,70	84,68	0,36
2010	395	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ (кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	120	1,39	1,38	8,30	51,44	0,23
2010	7	СЫР (сыр российский)	5	1,17	1,48	0,00	18,34	0,02
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	4,34	0,34	29,89	132,57	0,00
			271	11,34	78,18	51,19	944,03	0,61
Итого								
II Завтрак								
2010	371	АПЕЛЬСИН (апельсин)	100	0,87	0,19	7,86	41,71	24,00
			100	0,87	0,19	7,86	41,71	24,00
Итого								
Обед								
	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая)	180	0,98	0,18	7,58	36,08	3,74
2007	105	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (лук репчатый, вода питьевая, яйца куриные (шт.), свинина мясная)	40	0,74	0,64	0,23	9,71	0,10
2010	256	КОТЛЕТА РЫБНАЯ "ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ" (морковь, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, вода питьевая, лук репчатый, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, рыба минтай (морозоустойчивый))	55	1,38	1,84	4,05	38,41	0,44
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт)	100	2,19	1,53	6,63	50,23	20,06
2007	342	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	150	0,14	0,14	8,93	38,41	1,43
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	25	4,70	0,70	49,80	214,00	0,00
			550	10,13	5,03	77,22	386,84	25,77
Итого								
Полдник								
2007	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	110	12,22	13,53	2,08	179,13	0,16
2010	401	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	120	3,38	2,91	4,66	61,69	0,34
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого			250	17,13	16,56	16,78	288,18	0,50
Всего				39,47	99,96	153,05	1 660,76	50,88

заведующий

Павлова М. В.

шеф-повар

Евсеева Л.А.

