

МЕНЮ

2 октября 2025 г.

Ясли 10,5 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2006	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,48	113,30	0,00
2006	6н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	20	0,80	0,04	1,28	7,79	0,80
2012	216	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7,77	7,63	4,04	120,07	0,52
2012	387	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,28	2,80	10,93	82,80	0,51
Итого			345	13,94	15,47	32,65	324,92	1,83
II Завтрак								
2012	300	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,77	0,16	15,55	65,24	1,27
Итого			160	0,77	0,16	15,55	65,24	1,27
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ	35	0,41	2,88	2,30	38,80	0,00
2008	89	РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ	100	3,05	1,50	15,39	93,44	4,50
2012	278	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	8,40	9,07	6,96	142,65	0,01
2012	285	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,23	4,39	30,56	134,94	0,00
2006	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160	0,00	0,00	5,60	22,77	0,00
2009	6н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	6,12	24,80	0,00
Итого			530	16,79	18,41	58,01	457,10	5,41
Уплотненный Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,73	13,21	13,07	245,19	0,28
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	20	0,57	2,14	6,83	45,73	0,10
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	5,85	23,76	0,00
2008	6н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ ПЕЧЕННЫЕ	10	0,72	0,91	7,09	39,48	0,00
2008	6н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	95	0,85	0,19	7,09	40,84	50,82
Итого			385	19,95	16,45	39,73	395,00	51,37
Всего				51,45	50,49	141,88	1 242,45	85,94

МЕНЮ

2 октября 2025 г.

Сад 10,5 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,03	5,29	20,60	139,00	0,00
2008	6/н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	30	0,90	0,05	1,89	11,84	1,20
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (ПЕЧ. ДИЕТ)	15	3,45	4,50	0,00	33,00	0,00
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,27	11,39	5,09	166,29	0,02
2012	397	КАКАО С МОРОКОМ	160	3,04	3,32	12,92	98,41	0,68
Итого			405	18,14	20,26	49,63	414,94	2,40
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,87	0,17	17,83	75,08	1,44
Итого			160	0,87	0,17	17,83	75,08	1,44
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СВЕКЛЫ	50	0,69	2,99	3,81	45,00	1,50
2008	89	РАССОЛЬНИК РЫБНЫЙ	100	5,04	3,15	22,96	141,04	5,10
2012	278	БЕЛОСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	75	11,09	11,30	6,08	173,58	0,01
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	190	4,51	4,54	28,74	173,88	0,01
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,00	28,01	0,00
2008	6/н	ХЛЕБ РУЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,20
Итого			660	22,33	22,11	75,88	592,61	6,81
Уплотненный Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	19,70	16,85	15,61	268,35	0,30
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,85	2,31	7,25	53,73	0,10
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	6,95	28,20	0,02
2008	6/н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ ПЕЧЕНЬЕ	10	0,72	0,01	7,06	39,48	0,00
2008	6/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	100	0,90	0,20	8,10	42,99	69,98
Итого			650	22,27	20,27	45,10	490,79	60,48
Всего				63,61	62,61	179,99	1 543,42	70,81