



МЕНЮ
1 ноября 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ (крупа гречневая ядрица, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	150	6,6	8,1	22,3	190	0,7
2008		БАТОН ПРОСТОЙ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	30/8	2,4	6,6	15	130	
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко пастер. 3,2% жирности, какао-порошок, сахар песок, вода питьевая)	145	4,1	4,4	12	105	0,7
Итого			333	13,1	19,1	49,3	425	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	101	0,5	0,1	10,2	44	2
Итого			101	0,5	0,1	10,2	44	2
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ (икра из кабачков)	46	0,9	4,1	3,5	54	3,2
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, соль йодированная)	150	4,5	5,3	11,3	111	5,6
2008	346	ПЛОВ С КУРОЙ (масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, соль йодированная, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, крупа рисовая)	110	7,7	10,7	26,8	236	1,4
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ (сахар песок, виноград сушеный (изюм), сушеные абрикосы без косточки (курага))	150	0,3		10,8	46	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,5	0,3	15,9	77	0
Итого			494	15,9	20,4	68,3	524	10,3
Полдник								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	17	6,9	8,9		109	0
2012		ХЛЕБ БЕЛЫЙ (батон простой)	20	1,6	0,2	9,7	47	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	145	0,1		5,7	23	0
Итого			182	8,6	9,1	15,4	179	0
Ужин								
2012	317	ВИНЕГРЕТ (картофель, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, свекла, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, огурцы соленые)	135	2,6	3	14,2	95	7,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	19	1,3	0,2	8,1	39	0
2008	434	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	155	0,1		6,1	25	0
Итого			309	4	3,2	28,4	159	7,1
Всего				42,1	51,9	171,6	1331	20,8

Повар _____



МЕНЮ
1 ноября 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	175	7,6	7,6	25,9	202	0,7
2008		БАТОН ПРОСТОЙ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	41/10	3,2	8,2	20	167	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности)	175	4,1	4,4	13,2	110	0,7
Итого			401	14,9	20,2	59,1	479	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	111	0,6	0,1	11,2	48	2,2
Итого			111	0,6	0,1	11,2	48	2,2
Обед								
2012		ИКРА КАБАЧКОВАЯ (икра из кабачков)	73	1	4,5	3,9	60	1,4
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, кури потрош. 1 категории, картофель)	180	5,7	6,3	12,4	129	6,3
2008	131	ПЛОВ С КУРОЙ (масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, морковь, лук репчатый, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, кури потрош. 1 категории, крупа рисовая)	165	9,9	12	32,2	277	1,6
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ (сахар песок, виноград сушеный (изюм), сушеные абрикосы без косточек (курага))	190	0,4		13,2	55	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,3	0,4	21,1	102	0
Итого			658	20,3	23,2	82,8	623	9,4
Полдник								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	27	6,2	7,9		98	0,2
2012		ХЛЕБ БЕЛЫЙ (батон простой)	20	1,6	0,2	9,7	47	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		6,9	28	0
Итого			227	7,9	8,1	16,6	173	0,2
Ужин								
2008	211	ВИНЕГРЕТ (масло подсолнечное рафинированное, свекла, соль йодированная, морковь, лук репчатый, картофель, горошек зеленый консервы, огурцы соленные)	115	2,9	5,1	16,4	125	8,3
2008	434	ХЛЕБ ЧЕРНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	171	1,3	0,2	7,9	38	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		6,9	28	0
Итого			466	4,3	5,3	31,2	191	8,3
Всего				48	56,9	200,9	1514	21,5

Повар _____