

МЕНЮ

31 октября 2025 г.

Ясли 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тичес- кая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, крупа рисовая)	150	5,5	7,4	25,3	191	0,6
2008		БАТОН ПРОСТОЙ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	40/5	2,4	4,3	14,7	108	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (сахар песок, кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности)	130	3,2	3,6	11	90	0,6
Итого			325	11,1	15,3	51	389	1,2
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	86	0,3	0,3	8,8	40	4,3
Итого			86	0,3	0,3	8,8	40	4,3
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	34	0,3		0,9	5	3,4
2012	64	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, соль йодированная, горох лущеный, картофель)	150	10,9	6,6	23,6	197	6,1
2012	429	СОУС (мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, лук репчатый, морковь)	50	0,8	0,1	4,6	22	0,8
2008		ЕЖИКИ МЯСНЫЕ (говядина б/к, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, соль йодированная, лук репчатый)	40	10	12,2	11	194	0,2
2008	406	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (сахар песок, виноград сушеный (изюм))	150	0,2		11,4	48	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	37	2,5	0,3	15,7	76	0
Итого			461	24,7	19,2	67,2	542	10,5
Полдник								
2008		ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, дрожжи, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, творог 5,0% жирности)	50	7,5	6,4	26,2	194	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок)	145	0,1		5,7	23	0
Итого			195	7,6	6,4	31,9	217	0,1
Ужин								
2008	51	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (картофель, капуста белокочанная, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, икра из кабачков, томатная паста, лук репчатый, соль йодированная)	160	3,3	4,9	16,9	124	19,8
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ (батон простой)	20	1,6	0,2	9,6	47	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	145	0,1		5,8	24	0
Итого			325	5	5,1	32,3	195	19,8
Всего				48,7	46,3	191,2	1383	35,9

Повар



МЕНЮ
31 октября 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	190	КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ (крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная)	180	6,7	7,4	32,8	227	0,6
2008		БАТОН ПРОСТОЙ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	39/7	3,1	6,2	19,2	146	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИОК С МОЛОКОМ (молоко пастер. 3,2% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	180	3,6	3,8	12,8	101	0,6
Итого			406	13,4	17,4	64,8	474	1,2
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	86	0,3	0,3	8,8	40	4,3
Итого			86	0,3	0,3	8,8	40	4,3
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	34	0,3		0,9	5	3,4
2008	76	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, лук репчатый, вода питьевая, кури потрош. 1 категории, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, картофель, горох пущеный)	180	12,9	7,2	27,1	224	6,7
2012	429	СОУС (вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, лук репчатый, морковь)	50	0,9	0,1	5	24	1,2
2008	181	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ (вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, говядина 6%, крупа рисовая, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная)	75	11,1	12,8	14,6	217	0,2
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок)	180	0,3	0,1	13,7	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	46	3,1	0,4	19,9	96	0
Итого			565	28,6	20,6	81,2	623	11,5
Полдник								
2008		ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт., яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, дрожжи, молоко пастер. 3,2% жирности, творог 5,0% жирности, соль йодированная)	50	12,2	9,3	35,8	276	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		6,8	28	0
Итого			230	12,3	9,3	42,6	304	0,2
Ужин								
2008	51	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (картофель, капуста белокачанная, морковь, томатная паста, икра из кабачков, соль йодированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	170	3,6	5,8	18,6	142	23,2
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ (батон простой)	20	1,6	0,2	9,6	47	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	180	0,1		6,9	28	0
Итого			370	5,3	6	35,1	217	23,2
Всего				59,9	53,6	232,5	1658	40,4

Повар _____