

МЕНЮ

11 июня 2025 г.

Ясли 12 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								
2008	189	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	105	20,7	16,4	30,9	357	0,5
2008		БАТОН ПРОСТОЙ С МАСЛОМ (батон простой, масло сладко-сливочное несоленое)	30/8	2,4	6,3	14,8	126	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 3,2% жирности, кофейный напиток, сахар песок, вода питьевая)	150	3,8	4	12,5	102	0,7
Итого			293	26,9	26,7	58,2	585	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	76	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			76	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	45	0,4		1,1	6	4,5
2008	92	РАССОЛЬНИК НАКУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (морковь, соль йодированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, картофель, крупа перловая, огурцы соленые, куры потрош. 1 категории, сметана 15% жирности)	140	6	7,5	12,7	146	5,1
2008	272	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к, батон простой, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.))	55	10,1	9,8	5,5	150	0,2
2008	241	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (масло сладко-сливочное несоленое, картофель, молоко пастер. 3,2% жирности)	120	2,8	3,5	17,2	112	8,2
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая)	150	0,5		10,1	43	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	41	2,7	0,4	17,3	83	0
Итого			551	22,5	21,2	63,9	540	18,2
Полдник								
2008	471	ПИРОЖОК С РИСОМ И ЯЙЦОМ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 3,2% жирности, крупа рисовая)	50	5,8	5,4	33,7	205	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	150/10	0,1		5,8	24	0
Итого			210	5,9	5,4	39,5	229	0,1
Ужин								
2008	331	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ (крупа пшеничная полтавская, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок)	150	6,4	7,6	25,3	197	0,7
2008		БЛЫЙ ХЛЕБ (батон простой)	20	1,6	0,2	10	48	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый)	150	0,1		5,8	24	0
Итого			320	8,1	7,8	41,1	269	0,7
Всего				63,9	61,2	212,6	1666	22,2

Повар