

МЕНЮ

5 декабря 2025 г.

Ясли 10,5 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	113,30	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	3,94	2,84	16,55	108,01	0,42
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,73	2,31	9,97	72,38	0,47
Итого			365	8,95	10,15	41,98	293,69	0,89
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР	140	3,94	3,40	5,43	72,03	0,39
Итого			140	3,94	3,40	5,43	72,03	0,39
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,61	2,98	1,30	35,31	9,20
2012	109	БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ	150	7,87	6,82	11,59	137,75	0,74
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	11,54	14,17	16,82	242,09	9,43
2012	372	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД	150	0,20	0,13	10,21	43,68	1,20
2008	6н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			530	21,02	24,20	45,04	483,64	20,57
Уплотненный Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ	100/30	18,66	14,49	19,53	286,15	0,37
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,77	0,16	15,56	66,24	1,27
2008	6н	кондитерские изделия/печенье	10	0,72	0,91	7,09	39,48	0,00
2008	6н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	85	0,24	0,24	5,88	28,22	6,00
Итого			385	20,39	15,80	48,06	420,09	7,64
Всего				54,30	53,55	140,51	1 269,45	29,49

МЕНЮ

5 декабря 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	5,17	20,60	137,48	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,84	5,08	19,45	143,42	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,37	2,84	12,08	88,34	0,57
2011	376/1	ЧАЙ С ПОВИДЛОМ, ДЖЕМОМ (ЛЕЧ.ДИЕТ)	180	0,31	0,00	19,62	79,70	0,10
Итого			405	11,24	13,09	52,13	369,24	1,09
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР	180	5,06	4,37	6,98	92,57	0,50
Итого			180	5,06	4,37	6,98	92,57	0,50
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,97	3,08	1,90	40,68	15,20
2012	109	БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ	180	9,47	8,93	16,53	182,02	0,76
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	14,41	17,84	27,01	326,60	12,24
2012	372	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД	180	0,13	0,05	9,35	38,80	0,40
2008	6н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			660	25,98	30,03	61,19	619,10	28,60
Уплотненный Полдник								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ	120/50	23,29	18,49	22,70	354,02	0,52
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,87	0,17	17,83	75,08	1,44
2012	376	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (ЛЕЧ.ДИЕТ)	180	0,22	0,05	16,06	85,96	0,00
2008	6н	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ/ПЕЧЕНЬЕ	20	1,44	1,82	14,18	78,96	0,00
2008	6н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			470	26,00	20,88	64,31	555,05	11,96
Всего				68,28	68,37	184,61	1 635,96	42,15