

МЕНЮ

23 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								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,00	15,46	113,30	0,00
2008	6/н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	20	0,60	0,04	1,27	7,80	0,80
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	7,77	7,67	4,94	120,48	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,25	2,67	11,68	84,48	0,57
Итого			365	13,90	15,38	33,35	326,06	1,89
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0,79	0,16	15,92	67,78	1,30
Итого			160	0,79	0,16	15,92	67,78	1,30
Обед								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	30	0,52	3,07	2,72	40,73	1,40
2021	121	УХА С КРУПОЙ	150	1,34	1,12	9,31	52,78	2,96
2011	9/8	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	8,88	7,51	4,44	130,75	6,42
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	3,29	5,41	19,28	139,33	9,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,75	22,98	0,00
2008	6/н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
Итого			530	14,83	17,21	46,62	411,37	19,78
Уплотненный Полдник								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	110	4,10	3,18	15,16	106,11	0,42
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	75	5,54	3,98	35,44	199,81	0,12
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,08	0,00	5,91	23,96	0,02
2008	6/н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	90	0,81	0,18	7,29	38,71	54,02
Итого			435	10,53	7,34	63,80	368,39	54,58
Всего				40,05	40,09	159,69	1 173,60	77,55

МЕНЮ

23 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	5,17	20,60	137,48	0,00
2008	6н	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30	0,90	0,08	1,89	11,84	1,20
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,27	11,60	5,09	166,51	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,85	3,15	13,78	99,80	0,68
Итого			405	18,05	19,98	41,36	415,43	2,40
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Итого			180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
Обед								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	50	0,66	3,01	3,57	44,21	1,80
2021	121	УХА С КРУПОЙ	180	1,92	2,18	13,32	80,73	3,38
2011	9/8	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	12,31	9,58	8,15	181,34	8,44
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	4,05	5,94	21,80	157,34	9,91
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,72	26,88	0,00
2008	6н	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,13	6,40	31,00	0,00
Итого			660	19,94	20,84	59,96	521,50	23,51
Уплотненный Полдник								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	140	5,52	5,58	19,82	152,11	0,52
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	90	7,43	4,50	54,54	286,22	0,20
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	6,92	28,08	0,02
2008	6н	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/АПЕЛЬСИНЫ	100	0,90	0,20	8,10	43,02	60,02
Итого			520	13,95	10,28	89,38	511,43	60,76
Всего				52,81	51,27	208,33	1 523,44	88,11