



МЕНЮ

1 сентября 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	4,53	7,31	25,07	184,56	1,16
2008	1	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩЕННОЙ (кофейный напиток, молоко сгущенное с сахаром 8.5% жирности, вода питьевая)	150	1,95	2,07	14,50	84,51	0,10
Итого			365	8,80	13,70	54,66	377,52	1,26
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (томаты грунтовые, огурцы грунтовые, лук репчатый)	30	0,27	0,05	1,03	6,01	4,80
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (мука пшеничная высш. сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, говядина 1 категории)	180	7,66	4,92	21,60	161,42	5,21
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВ. МЯСА С ТОМАТНЫМ СОУСОМ (говядина 1 категории, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, морковь, томатная паста, соль йодированная, сахар песок)	60/30	8,68	14,80	10,36	208,56	1,40
2023г	01	ГОРОХОВОЕ ПОРЕ (горох лущеный, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	11,13	4,22	23,26	175,63	0,00
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТАМИНОМ"С" (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,08	0,08	9,52	39,53	0,75
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			590	30,47	24,42	82,73	672,73	12,16
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2.5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
Итого			150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
Ужин								
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С СЫРОМ С ГРЕЧКОЙ (рыба минтай неразделанный, мука пшеничная высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое)	150	11,63	12,12	25,00	261,80	0,10
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00