



# МЕНЮ

15 мая 2025 г.

## Ясли 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            |               |                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |                   |         |              |                                  |                |
| 2029               | 189           | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ<br>(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           |
| 2029               | 1             | БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ<br>(масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн формовой мука высш сорт)                                                                                                                                                                  | 35    | 2,32              | 4,32    | 15,09        | 108,45                           | 0,00           |
| 2029               | 395           | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩЕНКОЙ<br>(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               |               | АПЕЛЬСИН<br>(апельсин)                                                                                                                                                                                                                                                     | 100   | 0,90              | 0,20    | 8,10         | 43,00                            | 60,00          |
| Итого              |               |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 100   | 0,90              | 0,20    | 8,10         | 43,00                            | 60,00          |
| Обед               |               |                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |                   |         |              |                                  |                |
| 2008               | 30            | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ<br>(картофель, морковь, огурцы соленные, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное)                                                                                                                       | 40    | 0,59              | 2,08    | 3,16         | 33,96                            | 2,70           |
| 2009               | 106           | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ<br>(мука пшеничная высш сорт, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, говядина 1 категории)                                                         | 180   | 6,93              | 4,33    | 21,26        | 151,72                           | 5,21           |
| 2008               | 288           | БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ<br>(говядина 1 категории, хлеб пшеничн формовой мука высш сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                                           | 60    | 8,82              | 8,88    | 5,28         | 136,11                           | 0,00           |
| 2008               | 346           | КАПУСТА ТУШЕНАЯ<br>(капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, сахар песок, соль йодированная)                                                                                               | 130   | 3,04              | 3,62    | 12,91        | 98,32                            | 27,66          |
| 2008               | 438           | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТАМИНОМ"С"<br>(яблоки, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                                                    | 150   | 0,08              | 0,08    | 9,52         | 39,53                            | 0,75           |
| 2008               |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроу-триентами)                                                                                                                                                                                                               | 40    | 2,65              | 0,35    | 16,96        | 81,58                            | 0,00           |
| Итого              |               |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 600   | 22,11             | 19,34   | 69,09        | 541,22                           | 36,32          |
| Полдник            |               |                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |                   |         |              |                                  |                |
| 2012               | 400           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(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               |               |                                                                                                                                                                                                                                                                            |       |                   |         |              |                                  |                |
| 2003               | 237           | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ<br>(рыба горбуша потрошенная, мука пшеничная высш сорт, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, сыр голландский (круглый), крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое) | 130   | 14,57             | 14,48   | 19,37        | 270,57                           | 0,24           |
| 2008               |               | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ<br>(огурцы соленные)                                                                                                                                                                                                                                        | 25    | 0,20              | 0,03    | 0,43         | 3,25                             | 1,25           |
| 2008               |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн формовой мука высш сорт)                                                                                                                                                                                                                   | 30    | 2,29              | 0,19    | 15,05        | 71,05                            | 0,00           |
| 2008               | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                                                         | 150/8 | 0,00              | 0,00    | 7,74         | 30,96                            | 0,00           |
| Итого              |               |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 340   | 17,06             | 14,70   | 32,59        | 375,83                           | 1,29           |