

МЕНЮ

16 июня 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								
	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа ячневая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	7,13	8,67	27,62	217,78	0,78
	1	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный формовой мука высш сорт)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150	3,28	2,72	8,72	73,47	0,52
			365	12,73	15,71	51,43	399,70	1,30
II Завтрак								
3008		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								
3003	336	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (морковь, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,52	1,30	2,78	25,46	0,83
	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, вода питьевая, зелень 1 категории, соль йодированная)	180/15	8,75	3,54	23,25	160,03	8,19
	259	ГУЛЯШ (говядина 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная)	50/50	9,72	14,46	5,55	191,11	1,02
	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,64	3,38	27,66	151,15	0,00
	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,33	0,14	12,43	58,51	44,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обога микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			635	24,61	23,17	88,63	667,84	54,04
Полдник								
3008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	150	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
23		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	30	0,86	1,01	23,68	108,43	0,00
			180	5,36	1,16	29,68	154,93	1,50
Ужин								
		КОРОЛЕВСКИЕ ВАТРУШКИ С ПОВИДЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, повидло)	110/20	16,93	15,14	43,38	380,25	0,19
	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
			310	22,42	19,91	52,47	481,95	2,89
Итого				65,52	60,35	232,01	1 751,42	69,73