



МЕНЮ

22 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Зав. рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С КУРЯГОЙ СО СГУЩЕНКОЙ (творог 5.0% жирности, мука пшеничная высш сорт, яйца куриные (шт.), сахар песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, сушеные абрикосы без косточки (курага), молоко сгущенное с сахаром 8.5% жирности)	100	20,96	15,71	30,35	350,87	0,41
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
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	27,11	108,42	0,00
Итого:			315	23,28	20,03	72,55	567,74	0,41
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН (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								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы соленные, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,36	1,99	1,09	24,44	0,96
2008	77	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	7,47	7,51	23,63	194,33	10,93
2012	270	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ПАРОВОЙ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничн формовой мука высш сорт, молоко пастер 2.5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	10,92	3,74	5,43	99,33	0,19
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	100	4,86	3,91	21,96	142,25	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обогр. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого:			580	26,26	17,50	76,81	572,89	12,08
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2.5 % жирности)	180	5,40	0,18	7,20	55,80	1,80
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
Итого:			200	5,96	0,84	22,66	126,60	1,80
Ужин								
2008	132	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ (картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная)	180	3,73	14,68	29,35	264,96	14,85
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн формовой мука высш сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ (апельсин, вода питьевая, сахар песок)	180	0,23	0,05	11,78	49,83	6,40
Итого:			390	6,25	14,92	56,18	385,84	21,25