



МЕНЮ **22 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								
	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	200	5,94	5,12	19,48	148,83	0,78
	3	БУТЕРБРОД С ГОЛЛАНДСКИМ СЫРОМ (сыр голландский (круглый), масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой муки высш. сорт)	45	4,60	7,24	15,09	144,45	0,27
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	150/4	2,31	1,82	9,37	63,61	0,39
Итого			399	12,85	14,18	43,94	356,89	1,44
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН (апельсин)	102	0,88	0,20	7,94	42,14	58,79
Итого			102	0,88	0,20	7,94	42,14	58,79
Обед								
2023	0	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (свекла)	60	0,93	0,06	5,46	26,07	2,56
	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, говядина 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	5,63	4,77	14,79	126,29	12,09
	229	РЫБА ГОРБУША ПРИПУЩЕННАЯ (рыба горбуша потрошенная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	50	12,59	5,92	0,30	104,47	0,35
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	100	3,65	3,07	23,28	135,41	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	185/8	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			623	25,45	14,17	68,53	504,78	15,00
Полдник								
2008	483	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	75	5,04	9,43	33,97	240,85	0,04
	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	150	4,35	3,75	6,30	81,00	1,20
			225	9,39	13,18	40,27	321,85	1,24
Ужин								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (бройлеры (цыплята) потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь, капуста белокочанная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная)	180	16,92	18,28	22,54	323,26	15,61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой муки высш. сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150/8	0,49	0,20	14,77	72,28	66,00
Итого			368	19,70	18,67	52,36	466,59	81,61