



МЕНЮ
28 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая 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 пшеничный формовой мука высш сорт)	35	2,32	4,32	15,09	108,45	0,00
2008	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
			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	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (картофель, морковь, огурцы соленные, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,62	2,08	3,21	34,38	2,86
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	6,93	4,33	21,26	151,72	5,21
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина 1 категории, хлеб пшеничный формовой мука высш сорт, вода питьевая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш сорт, сметана 15% жирности, соль йодированная)	60/25	8,81	9,53	7,06	152,05	0,81
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, сахар песок, соль йодированная)	110	2,59	3,12	10,97	83,80	23,39
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			605	21,60	19,41	69,14	542,23	32,27
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер 2.5% жирности)	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	20	1,18	0,94	15,00	73,20	0,00
Итого			170	5,40	4,58	21,98	151,77	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, сыр голландский (крутлый), крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое)	170	11,84	12,77	15,69	229,66	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный 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
Итого			358	14,13	12,96	38,48	331,67	0,16