

МЕНЮ

14 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,3	3	15,7	94	4
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	1,6	1,8	25	3
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,3	16,7	2,3	119	0,2
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,8	3,1	13,2	97	0,7
2016	411	ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		5,6	23	0
Итого			360	18,3	24,4	33	335	7,9
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,4	0,3	11,4	52	5,5
Итого			150	0,4	0,3	11,4	52	5,5
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	1,6
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,6	6	5,5	94	7,9
2016	293	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,1	15,3	3,5	134	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,8	4,8	26,8	174	0
2016	411	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10			8,7	34	0,1
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
Итого			590	25,8	26,2	51,9	473	10,2
Полдник								
2016	315	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,6	13,3	11,9	224	18,2
		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		5,2	23	1,7
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
		БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	1,1	0,5	7,7	39	0
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			485	18,6	16,4	35,7	374	20,2
Всего				63,3	67,5	136,1	1253	41,3

МЕНЮ

14 мая 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность Оккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	2,1	3,4	20,9	121	4,1
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,5	2,5	3	40	2
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,5	20,9	2,7	260	0,2
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,7	3,7	21,2	125	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,8	3,1	13,1	97	0,7
2016	411	ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		5,6	23	0
Итого			410	22,9	29,9	39,7	518	7,1
II Завтрак								
	ТК №2	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,4	0,3	11,4	52	5,5
Итого			150	0,4	0,3	11,4	52	5,5
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	2
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,6	4,9	7,3	83	10,2
2016	293	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	21,1	21,3	4,9	187	0,93
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,2	5,9	33	240	0
2016	411	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,2		12,1	47	0,2
2016	411	ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		6,6	27	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,7	0,2	10,6	52	0
	ТК №4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	2,2	1	15,4	79	0
Итого			731	31,8	32,5	83,6	691	13,33
Полдник								
2016	315	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	16	13,9	14	249	21,3
		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		6,2	27	2
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		5,6	23	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,8	0,8	12,9	66	0
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД. УПАК.	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
2016	411	ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		6,6	27	0
Итого			500	21,7	17,3	44	430	23,6
Всего				66,8	70	188,7	1691	49,53

