

МЕНЮ
24 сентября 2025 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшён. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	30	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	4,20	5,60	18,70	142,10	0,40
	ТК№0 26	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай чёрный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	10,79	14,30	42,30	288,10	2,10
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ (сок абрикосовый 0,2)	147	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			147	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№0 11	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	35	0,26	0,00	0,87	4,87	1,39
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, филе грудки цыпленка, сметана 15% жирности, соль йодированная, петрушка (зелень))	150/10/5	4,50	3,30	11,90	96,10	6,40
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	50	11,54	5,05	4,64	111,24	8,45
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,97	6,38	17,90	145,88	12,12
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай чёрный байховый, вода питьевая)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
	ТК№0 16	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	27	1,85	0,22	11,55	55,59	0,00
	ТК№0 12	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшён. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	20	1,52	0,61	10,40	52,92	0,00
Итого			627	22,78	15,56	63,35	491,46	28,39
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	75	13,49	6,94	12,26	168,15	0,15
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	151	4,44	3,03	7,37	74,94	0,81
	ТК№0 52	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	86	0,69	0,17	6,45	32,68	13,07
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	50	3,60	5,90	24,00	150,30	0,00
Итого			362	22,22	16,04	50,08	426,07	14,03
Всего				55,79	45,90	155,73	1 205,63	44,52

МЕНЮ

24 сентября 2025 г.
Сад 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микронутриентами)	30	3,42	6,97	10,10	69,69	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии) (пшено, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок)	205	4,33	1,02	30,27	147,56	0,00
	TK№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			415	12,62	17,77	50,70	349,69	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ (сок яблочный)	186	0,93	0,19	18,76	85,43	3,71
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
Итого			186	0,93	0,19	18,76	85,43	3,71
Обед								
	TK№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	43	0,33	0,00	1,12	6,02	1,72
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, филе грудки цыпленка, сметана 15% жирности, соль йодированная, петрушка (зелень))	200/10/5	6,00	4,40	16,00	159,90	6,60
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергии) (картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, говядина б/к)	200	3,72	1,88	15,47	93,94	7,71
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко- сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	80	18,46	8,08	7,42	177,98	13,29
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) (говядина б/к, лук репчатый)	50	14,65	12,57	0,16	172,08	0,08
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,93	6,51	17,65	145,94	11,99
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (аллергии) (картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокачанная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, томатная паста, соль йодированная, сахар песок, перец черный горошком, лавровый лист)	145	3,13	4,41	18,30	125,40	12,95
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	32	2,18	0,26	13,61	65,48	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микронутриентами)	25	1,92	0,77	13,14	67,22	0,00
Итого			725	31,96	20,02	75,03	647,40	33,63
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	95	16,82	8,55	15,30	209,95	0,19
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная)	150	8,43	2,21	38,22	206,14	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, ванилин)	50	0,91	2,32	6,57	39,39	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	202	6,06	4,04	9,90	99,89	1,11
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарин)	86	0,69	0,17	6,45	32,68	13,07
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	4,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	60	4,40	7,10	28,80	132,00	0,00
Итого			493	28,88	22,18	67,02	513,91	14,47
Всего				74,39	60,16	211,51	1 596,43	52,81