



МЕНЮ
30 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
			140	3,7	5,1	19,2	138	0,3
2008	189	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	6		5,2	0,1	47	0
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	30	1,9	0,7	12,9	66	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	180	0,1		6,7	27	0
к/к	к/к	ЧЕРНЫЙ КОФЕ	356	5,7	11	38,9	278	0,3
Итого								
Обед								
2008	100	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	150	4,8	4,8	9,2	103	13,3
2008	299	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	9	4,8	20	160	0
2008	299	ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,9	8,3	10	146	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		6,3	26	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,1	0,3	13,2	64	0
Итого			550	23,9	18,2	58,7	499	13,9
Полдник								
2012	485	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	9,3	5,2	30,1	201	0,1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,8	72	0
Итого			200	10,1	5,4	45,9	273	0,1
Ужин								
2008	225	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	160	3,7	4,8	19,3	136	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,8	0,2	12,1	57	0
2008	434	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	200			24,2	97	0
Итого			390	5,5	5	55,6	290	0,3
Всего				45,2	39,6	199,1	1340	14,6

Согласовано



МЕНЮ
30 января 2025 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	160	3,6	4,6	22,4	145	0,2
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8		6,6	0,1	60	0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
к/к	к/к	ЧЕРНЫЙ КОФЕ	200	0,2		7,7	31	0
Итого			408	6,8	12,4	50,8	341	0,2
Обед								
2008	100	СУП ОВОЩНОЙ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180	5,9	6,7	11,8	133	14,8
2008	299	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	11,1	5,4	24,2	189	0
2008	299	ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРИЦЫ	70	9,2	10,5	10,5	172	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		7,1	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,2	0,4	20,2	97	0
Итого			630	29,5	23	73,8	620	15,5
Полдник								
2012	485	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	10,7	5,7	40,2	252	0,1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	17	77	0
Итого			220	11,5	5,9	57,2	329	0,1
Ужин								
2008	225	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	160	3,1	4,4	20,1	132	0,2
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	0,2	18,9	89	0
2008	434	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	200			23,1	92	0
Итого			400	6	4,6	62,1	313	0,2
Всего				53,8	45,9	243,9	1603	16