



МЕНЮ

23 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	3,8	6,1	20,9	154	0,4
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	186			8,4	34	0,96
Итого			371	7	10,2	36,3	250	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочно - абрикосовый)	150					0
Итого			150					0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированое)	40	0,6	2,3	3,2	37	0,1
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к, сметана 15% жирности)	150/10/5	4	6,3	8,1	107	4
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (куриная грудка филе, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	60	9,4	13,5	2,6	169	0,4
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	3,2	2,7	15,5	97	0
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (груша, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	150	0,1	0,1	18,1	74	0,6
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,7	0,2	10,7	52	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			575	20,1	25,6	65,9	575	5,1
Полдник								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	40	0,3		1	6	1,6
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к, вода питьевая, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	14	13,1	13,6	229	6,9
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,3		20,8	85	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	50	3,8	7,1	24,8	164	0
Итого			375	19,4	20,3	66,6	515	8,5
сего				46,5	56,1	168,8	1340	14,96