

МЕНЮ

на 27.01.2025

Сад 10.5 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								
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ) (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	5,5	5,8	2,1	128	0,7
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ (морковь, яблоки, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,6	2,5	5,3	33	0,9
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	2,6	2,2	22,2	120	0,9
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	2,8	4,4	17,2	83	0
Итого			420	11,5	14,9	46,8	364	2,5
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	100	0,6	0,5	13,8	71	4,5
Итого			100	0,6	0,5	13,8	71	4,5
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (горошек зеленый консервы)	50	1,5	1,7	3	41	10,5
2008	89	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (морковь, картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, крупа перловая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200/15/7	2,3	5	11,1	84	1,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,7	4,3	17,7	118	12,72
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ) (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	80	10,8	8,1	5	172	2
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С" (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	180	0,4		7	102	2,2
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,4	0,4	17,7	76	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	20	1,5	0,6	10,3	47	0
Итого			720	21,6	20,1	71,8	640	28,82
Полдник								
2008	434	МОЛОКО (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	4,9	4	8,8	89	2,41
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), ванилин)	70	2,7	3,9	53,1	182	2,01
Итого			250	7,6	7,9	61,9	271	4,42
Всего				41,3	43,4	194,3	1346	40,24

МЕНЮ

на 27.01.2025

Ясли 10.5 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								
2008	216	ОМЛЕТ (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ) (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	4,8	5	1,8	111	0,61
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ (морковь, яблоки, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,4	1,5	3,2	20	0,54
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	170	2,4	2,1	20,9	113	0,85
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	2,1	3,3	12,9	62	0
Итого			360	9,7	11,9	38,8	306	2
II Завтрак								
2008		ГРУША (груша)	100	0,6	0,5	13,8	71	4,5
Итого			100	0,6	0,5	13,8	71	4,5
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ (горошек зеленый консервы)	40	1,2	0,6	2,4	32	9,98
2008	89	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (морковь, картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, говядина б/к, крупа перловая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150/18/5	1,7	4	8,3	63	1,05
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	110	2,3	3,7	15	100	10,81
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ) (бройлеры цыплята потрош. 1 категории, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	60	8,1	6,8	3,8	129	1,5
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С" (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая, лимонная кислота)	150	0,3		5,8	85	1,83
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,9	0,3	14	60	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,1	0,5	7,7	35	0
Итого			578	16,6	15,9	57	504	25,17
Полдник								
2008	434	МОЛОКО (молоко пастер. 2,5% жирности)	150	4	3,3	7,3	74	2
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), ванилин)	50	1,9	2,8	37,7	130	1,43
Итого			200	5,9	6,1	45	204	3,43
Всего				32,8	34,4	154,6	1085	35,1