

Утверждаю



МЕНЮ

21 июля 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								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4,4	5,4	16,9	132	0,5
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	150	2,9	3	13,4	95	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5,2	15	113	0
Итого			330	9,3	13,6	45,3	340	0,5
II Завтрак								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	100	0,3		6,5	27	0,1
Итого			100	0,3		6,5	27	0,1
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	150	3,6	3,2	7,9	77	0,6
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,1	4,1	33,3	184	0
2010	55	ГУЛЯШ	25/25	9,5	10,5	3,3	146	0,7
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			4,7	19	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	19	82	0
Итого			500	21,8	18,2	68,2	508	1,3
Уплотненный полдник								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ	140	3,1	8,4	22,2	177	11,4
2008	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2		0,5	3	2
2010	96	ЧАИ С САХАРОМ	150	0,1		6,7	27	
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,8	14,9	73	0
Итого			335	5,3	9,2	44,3	280	13,4
Всего				36,7	41	164,3	1155	15,3

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

<

Яковлева Е.Н.

МЕНЮ

21 июля 2025 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5,1	6,6	21,2	163	0,6
2010	98	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,1	4,3	17,8	124	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	37	2,3	6,7	17,2	137	0
Итого			397	10,5	17,6	56,2	424	0, ц
II Завтрак								
2008	410	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	100	0,3		6,4	27	0,1
Итого			100	0,3		6,4	27	0,1
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180	4,2	3,8	9,5	90	0,6
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,2	4,8	39,1	216	0
2010	55	ГУЛЯШ	35/35	13,1	13,9	3,8	192	0,8
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27	0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,5	23,8	103	0
Итого			610	27,8	23	83	628	1,4
Уплотненный полдник								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ	160	3,5	9,5	25,3	202	12,9
2008	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2		0,7	4	3
2010	96	ЧАИ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008	КК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	17,7	87	0
Итого			400	6,2	10,5	58,7	353	15,9
Всего				44,8	51,1	204,3	1432	18

Старшая медсестра

Громова Е.А.

Повар

Яковлева Е.Н.