

**МЕНЮ**

24 июля 2025 г.

Ясли 1 - 3 года

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2011	189	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ*	130/10	8,35	17,00	3,56	201,65	0,63
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ*	30/5	1,21	0,20	7,27	70,70	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ*	150	0,04	0,00	7,18	28,87	0,01
<b>Итого</b>			<b>325</b>	<b>9,60</b>	<b>17,20</b>	<b>18,01</b>	<b>301,22</b>	<b>0,64</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ*	100	0,00	0,00	8,00	33,00	86,43
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>33,00</b>	<b>86,43</b>
<b>Обед</b>								
2011	190	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ *	30	0,48	3,36	2,67	43,11	4,57
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ И КУРИЦЕЙ *	150	3,04	2,98	11,28	84,68	3,94
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ*	50/30	6,13	16,75	6,89	203,83	0,62
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ *	100	1,80	2,80	16,40	97,80	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ*	150	0,16	0,00	17,57	70,86	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ *	40	2,40	0,50	12,60	66,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>14,01</b>	<b>26,39</b>	<b>67,41</b>	<b>566,48</b>	<b>9,13</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ РЯЖЕНКА 2,5 % *	150	0,70	2,90	5,50	63,80	0,75
2008		ПЕЧЕНЬЕ *	30	2,50	3,10	21,10	121,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>3,20</b>	<b>6,00</b>	<b>26,60</b>	<b>185,00</b>	<b>0,75</b>
<b>Ужин</b>								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ *	110	3,02	2,95	17,56	105,30	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ*	50/30	8,37	12,11	4,58	162,15	0,14
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371 *	30	0,36	0,97	1,52	18,91	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	21,00	83,97	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ *	30	2,30	0,20	14,80	70,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>14,05</b>	<b>16,23</b>	<b>59,46</b>	<b>440,83</b>	<b>0,14</b>
<b>Всего</b>				<b>40,86</b>	<b>65,82</b>	<b>179,48</b>	<b>1 526,53</b>	<b>97,09</b>

Диетсестра



Кириллова В.А.