

МЕНЮ

31 июля 2025 г.

Ясли 1 - 3 года

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ *	130	4,40	5,16	23,26	156,94	0,31
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ *	30/10/5	3,70	6,30	5,80	94,70	0,00
2011	390	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ *	150	1,60	1,20	18,30	97,50	0,00
Итого			325	9,70	12,66	47,36	349,14	0,31
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ*	100	0,00	0,00	8,00	33,00	86,43
Итого			100	0,00	0,00	8,00	33,00	86,43
Обед								
2011	190	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ *	30	0,48	3,03	2,84	40,83	4,60
2008	93	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ "КУДРЯВЫЙ" *	150	3,45	4,08	11,66	99,52	3,97
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ *	100	1,60	3,30	10,20	108,30	0,00
2008	259	СУФЛЕ ИЗ МЯСА*	50	10,85	26,06	6,98	307,38	0,28
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ*	30	0,59	1,13	2,50	26,06	0,55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ*	150	0,12	0,00	17,50	70,56	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ *	40	2,40	0,50	12,60	66,20	0,00
Итого			550	19,49	38,10	64,31	718,85	9,40
Полдник								
2008	435	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ РЯЖЕНКА 2,5 % *	150	0,70	2,90	5,50	63,80	0,75
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ *	50	2,73	1,01	11,21	104,03	8,12
Итого			200	3,43	3,91	16,71	167,83	8,87
Ужин								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ *	110	1,92	3,42	12,94	91,13	6,24
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ*	60	9,79	8,13	3,80	128,77	0,46
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ *	30	0,52	1,17	3,00	25,67	1,09
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" *	150	0,00	0,00	16,30	67,90	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ *	30	2,30	0,20	14,80	70,50	0,00
Итого			380	14,53	12,92	50,93	383,97	7,79
Всего				47,15	67,59	187,31	1 652,79	112,80

Диетсестра



Кириллова В.А.