

Утверждаю



МЕНЮ

25 ноября 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200/5	6,16	7,89	28,75	211,36	0,52
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	40/5	3,03	5,29	20,60	142,20	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	200	2,90	2,64	15,20	96,72	0,44
Итого			450	12,09	15,82	64,55	450,28	0,96
II Завтрак								
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напиток витаминизированный (концентрат), вода питьевая)	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		(АПЕЛЬСИН) МАНДАРИН (мандарин)	100	0,62	0,16	5,83	29,53	29,53
Итого			150	0,62	0,16	5,83	29,53	29,53
Обед								
2008	103	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, горошек зеленый консервы, вода питьевая, кури. потрош. 1 категории)	200	3,54	5,90	9,86	107,26	9,30
2008	262	БИГУС (кури. потрош. 1 категории, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, капуста белокочанная, мука пшеничная 1 сорт, морковь, томатная паста, сахар песок, соль йодированная)	200	27,48	30,28	24,27	481,47	29,33
2008	93	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра из кабачков)	50	0,96	4,47	3,87	59,83	3,52
2008	701/11	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	700/11	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	11,62	46,44	0,00
Итого			680	35,59	41,02	73,15	806,84	42,15
Полдник								
2012	211	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ФРУКТОВЫМ (макаронные изделия высш. сорт, крупа манная, соль йодированная, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.), творог 5,0% жирности, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, повидло)	100/50	12,89	11,10	64,06	408,28	0,19
2008	701/11	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012		ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	3,23	3,36	18,89	119,45	0,60
Итого			360	18,41	14,65	98,00	598,78	0,79
Всего				66,71	71,65	241,53	1 885,43	73,43

Шараева Елена Александровна

МЕНЮ

25 ноября 2025 г.
Ясли 12 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150/5	4,70	6,97	21,97	169,96	0,40
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40/5	3,03	5,29	20,60	142,20	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,20	1,99	11,79	74,27	0,33
Итого			350	9,93	14,25	54,36	386,43	0,73
II Завтрак								
2008		БАНАН (СВЕЖИЙ) (банан)	100	1,50	0,50	21,02	96,10	10,01
Итого			100	1,50	0,50	21,02	96,10	10,01
Обед								
2008	103	СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, горошек зеленый консервы, вода питьевая, куры потрош. 1 категории)	150	4,22	6,05	7,41	101,22	7,02
2008	262	БИГУС (куры потрош. 1 категории, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, капуста белокочанная, мука пшеничная 1 сорт, морковь, томатная паста, сахар песок, соль йодированная)	160	21,84	23,27	23,42	392,92	34,70
2008	93	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (икра из кабачков)	30	0,58	2,69	2,33	36,03	2,12
2008	701/11	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	700/11	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			525	29,16	32,26	59,24	646,82	43,84
Полдник								
2012	211	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ФРУКТОВЫМ (макаронные изделия высш.сорт, крупа манная, соль йодированная, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.), творог 5,0% жирности, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, повидло)	80/30	12,05	10,80	46,58	332,19	0,17
2008	701/11	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012		ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,11	2,33	13,10	82,35	0,39
Итого			290	16,45	13,32	74,73	485,59	0,56
Всего				57,04	60,33	209,35	1 614,94	55,14

Шараева Елена Александровна