



# МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

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		
<b>Завтрак</b>								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С ФРУКТАМИ	130	4,3	4,4	16,9	126	1,2
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,8	1,4	9,5	58	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/5/9	5	3,9	17,5	126	0
<b>Итого</b>			<b>359</b>	<b>11,1</b>	<b>9,7</b>	<b>44</b>	<b>310</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	100	2,9	2,5	4	53	0,3
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4</b>	<b>53</b>	<b>0,3</b>
<b>Обед</b>								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,5	0,2	9,8	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,2	0,3	11,2	53	0
2012	50	САЛАТ "ОКЕАН" С КАЛЬМАРАМИ	40	11,5	8,4	2,1	130	0
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ, С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	180/5/6	3,5	4,1	8,6	87	6,2
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	3,8	2,8	22,9	133	2,2
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	55	12,5	10,8	0,2	149	0,7
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	180	0,1	0,1	15	62	0
<b>Итого</b>			<b>611</b>	<b>34,1</b>	<b>26,7</b>	<b>69,8</b>	<b>661</b>	<b>9,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,6	7,4	31	209	0
2012	375	КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	180	0,1	0,6	6,5	28	8,6
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>4,7</b>	<b>8</b>	<b>36,5</b>	<b>237</b>	<b>8,6</b>
<b>Ужин</b>								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,2	12,3	59	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,2	0,3	11,2	53	0
2012		КУКУРУЗА С ЯЙЦОМ	40	2,7	5,6	4,4	79	0
2008	351	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	150	7,8	12,4	9,8	184	12,1
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,3	0,1	5,7	24	0
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	95	1,4	0,5	20	92	9,5
<b>Итого</b>			<b>505</b>	<b>15,3</b>	<b>19,1</b>	<b>63,4</b>	<b>491</b>	<b>21,6</b>
<b>Всего</b>				<b>68,1</b>	<b>66</b>	<b>217,7</b>	<b>1752</b>	<b>40,1</b>

Мл.воспитатель \_\_\_\_\_

T.V. Ишкина



## МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С ФРУКТАМИ	200	6,6	6,7	26	192	1,9
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,7	1,4	5,5	53	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50/5/13	3,9	3,9	16	111	0
<b>Итого</b>			<b>468</b>	<b>12,2</b>	<b>12</b>	<b>49,5</b>	<b>356</b>	<b>1,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	434	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	130	3,8	3,3	5,2	69	0,4
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>3,8</b>	<b>3,3</b>	<b>5,2</b>	<b>69</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,1	0,1	7,4	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1	0,2	9	42	0
2012	50	САЛАТ "ОКЕАН" С КАЛЬМАРАМИ	60	7,7	5,6	1,4	87	0
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ, С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ	200/6/7	3,9	4,4	9,3	96	6,6
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	5,1	3,8	30,9	179	2,7
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70	15,8	13,6	0,4	188	0,8
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	200	0,1	0,1	12,1	51	0
<b>Итого</b>			<b>738</b>	<b>34,7</b>	<b>27,8</b>	<b>70,5</b>	<b>678</b>	<b>10,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,9	10,3	34,2	247	0,1
2012	375	КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	0,1		5,2	21	0
<b>Итого</b>			<b>260</b>	<b>5</b>	<b>10,3</b>	<b>39,4</b>	<b>268</b>	<b>0,1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,5	0,2	9,8	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1	0,2	9	42	0
2012		КУКУРУЗА С ЯЙЦОМ	60	1,8	3,8	2,9	53	0
2008	351	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	10,8	17,1	14,8	257	17,1
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0,1	4,7	20	0
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1,5	0,5	21	96	10
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>16,8</b>	<b>21,9</b>	<b>62,2</b>	<b>515</b>	<b>27,1</b>
<b>Всего</b>				<b>72,5</b>	<b>75,3</b>	<b>226,8</b>	<b>1886</b>	<b>39,6</b>

Мл. воспитатель \_\_\_\_\_

Т.В. Ишкина