

Утверждаю

Руководитель учреждения
№89 2-я Советская 27/2
_____/Васильева Е.В./

МЕНЮ
31 марта 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5	6,2	26,3	189	0,4
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
Итого			378	8,3	10,3	41,8	287	1,5
II Завтрак								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	151	0,6	0,6	14,8	66	6
Итого			151	0,6	0,6	14,8	66	6
Обед								
		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	44	0,3		0,7	5	0,8
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), говядина б/к, петрушка (зелень))	150/10/10	3,8	5,9	8,4	106	3,3
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (рыба треска филе, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	60	10,3	6	2,6	107	0,3
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	2,3	3,9	15,6	107	7,2
		НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,1	0,1	19,7	81	0,8
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			574	18,9	16,5	61,1	476	12,4
Полдник								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	156	4,5	0,2	6	47	1,5
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куриная грудка филе, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная)	155	6,3	9,5	17,2	203	1,16
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	150/5			7	28	0,8
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, творог 5,0% жирности, дрожжи хлебопекарные сушеные, соль йодированная, ванилин, масло подсолнечное рафинированное)	50	5,3	4,3	29,3	144	0
Итого			531	17,1	14,1	65,9	453	3,46
Всего				44,9	41,5	183,6	1282	23,36

Врач _____