

МЕНЮ  
13 января 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                     | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                        |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ НА СГ/МОЛОКЕ              | 150    | 4,04              | 5,76    | 30,76            | 191,27                                   | 0,07                  |
| к/к                           | к/к                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА<br>СГ/МОЛОКЕ       | 150    | 1,13              | 1,22    | 10,23            | 56,53                                    | 0,06                  |
| 2008                          |                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ             | 25/5/4 | 2,78              | 5,96    | 12,97            | 116,88                                   | 0,01                  |
| Итого                         |                     |                                        | 334    | 7,95              | 12,94   | 53,96            | 364,68                                   | 0,14                  |
| II Завтрак                    |                     |                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                           | 70     | 0,35              | 0,07    | 7,07             | 30,10                                    | 1,40                  |
| Итого                         |                     |                                        | 70     | 0,35              | 0,07    | 7,07             | 30,10                                    | 1,40                  |
| Обед                          |                     |                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 40                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                       | 56     | 0,39              | 1,80    | 2,04             | 26,19                                    | 0,61                  |
| 2012                          | 56                  | БОРЩ СО СМЕТАНОЙ                       | 180    | 6,30              | 11,51   | 10,60            | 174,55                                   | 8,65                  |
| 2012                          | 305                 | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ                        | 80     | 9,50              | 10,48   | 1,54             | 138,36                                   | 0,51                  |
| 2012                          | 204                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ         | 105    | 3,74              | 4,32    | 23,87            | 149,42                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 150    | 0,00              | 0,00    | 4,69             | 18,76                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 36     | 2,41              | 0,32    | 15,41            | 74,17                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                        | 607    | 22,34             | 28,43   | 58,15            | 581,45                                   | 9,77                  |
| Полдник                       |                     |                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 473                 | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА                       | 48     | 4,29              | 1,10    | 24,39            | 124,46                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ                      | 124    | 3,66              | 3,15    | 6,05             | 68,06                                    | 0,68                  |
| Итого                         |                     |                                        | 172    | 7,95              | 4,25    | 30,44            | 192,52                                   | 0,68                  |
| Ужин                          |                     |                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 225                 | ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С<br>ЯБЛОЧНЫМ ПЮРЕ | 151/20 | 20,99             | 16,71   | 14,05            | 295,05                                   | 0,38                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                          | 147    | 0,09              | 0,00    | 4,87             | 19,86                                    | 0,02                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 25     | 1,92              | 0,16    | 12,62            | 59,56                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                        | 343    | 23,00             | 16,87   | 31,54            | 374,47                                   | 0,40                  |
| Всего                         |                     |                                        |        | 61,59             | 62,56   | 181,16           | 1 543,22                                 | 12,39                 |

Отвественный за питание \_\_\_\_\_ Седова Кристина Илларионовна

МЕНЮ  
13 января 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                     |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ НА СГ/МОЛОКЕ           | 150    | 4,02              | 5,57    | 30,41            | 188,10                                   | 0,07                  |
| к/к                           | к/к                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА СГ/МОЛОКЕ       | 200    | 1,35              | 1,47    | 12,47            | 68,66                                    | 0,07                  |
| 2008                          |                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ          | 29/6/6 | 3,89              | 7,49    | 17,19            | 152,15                                   | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                     | 391    | 9,26              | 14,53   | 60,07            | 408,91                                   | 0,16                  |
| II Завтрак                    |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                        | 112    | 0,56              | 0,11    | 11,30            | 48,12                                    | 2,24                  |
| Итого                         |                     |                                     | 112    | 0,56              | 0,11    | 11,30            | 48,12                                    | 2,24                  |
| Обед                          |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 40                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                    | 55     | 0,38              | 1,54    | 2,03             | 23,85                                    | 0,60                  |
| 2012                          | 56                  | БОРЩ СО СМЕТАНОЙ                    | 200    | 7,31              | 6,53    | 13,20            | 145,03                                   | 11,04                 |
| 2012                          | 305                 | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ                     | 80     | 9,42              | 10,52   | 1,55             | 138,33                                   | 0,51                  |
| 2012                          | 204                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ         | 105    | 3,75              | 4,28    | 23,99            | 149,60                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 200    | 0,00              | 0,00    | 6,14             | 24,55                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 45     | 3,00              | 0,40    | 19,22            | 92,46                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                     | 685    | 23,86             | 23,27   | 66,13            | 573,82                                   | 12,15                 |
| Полдник                       |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 473                 | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА                    | 46     | 4,06              | 0,96    | 24,09            | 121,11                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ                   | 165    | 4,64              | 4,00    | 7,68             | 86,41                                    | 0,86                  |
| Итого                         |                     |                                     | 211    | 8,70              | 4,96    | 31,77            | 207,52                                   | 0,86                  |
| Ужин                          |                     |                                     |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 225                 | ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С ЯБЛОЧНЫМ ПЮРЕ | 164/25 | 20,94             | 16,53   | 15,58            | 299,43                                   | 0,40                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                       | 161    | 0,10              | 0,00    | 2,52             | 10,47                                    | 0,02                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 25     | 1,92              | 0,16    | 12,62            | 59,56                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                     | 375    | 22,96             | 16,69   | 30,72            | 369,46                                   | 0,42                  |
| Всего                         |                     |                                     |        | 65,34             | 59,56   | 199,99           | 1 607,83                                 | 15,83                 |

Отвественный за питание \_\_\_\_\_ Седова Кристина Илларионовна