



МЕНЮ

3 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,41	2,12	15,96	68,68	1,82
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	9,21	11,82	46,96	280,68	2,72
II Завтрак								
		БАНАН СВЕЖИЙ	99	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			99	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	41	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,24	5,67	7,92	102,57	5,21
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	12,35	0,47	0,34	54,72	0,46
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	1,03	1,24	15,24	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,67	4,11	17,57	120,19	8,42
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			602	22,34	11,92	51,07	407,22	15,79
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,91	13,50	12,70	231,45	17,04
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	2,30	6,00	24,19	133,92	5,10
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			486	20,11	22,22	65,89	526,37	23,04
Всего				53,16	46,46	184,92	1 310,27	45,55