



## МЕНЮ

3 апреля 2025 г.

### Ясли 12 часов

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда                                 | Выход      | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |  |            | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012              | 1             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                 | 30         | 3,24              | 4,10         | 7,00          | 62,00                         | 0,00          |
| 2008              | 189           | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ  | 155        | 5,00              | 7,30         | 18,30         | 158,00                        | 0,40          |
|                   | ТК№029        | КАКАО С МОЛОКОМ                                    | 180        | 3,80              | 3,20         | 15,60         | 107,00                        | 0,60          |
|                   | ТК№030        | ЧАЙ (аллергики)                                    | 150/5      | 0,01              | 0,00         | 0,37          | 1,55                          | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>365</b> | <b>12,04</b>      | <b>14,60</b> | <b>40,90</b>  | <b>327,00</b>                 | <b>1,00</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 442           | ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ                                  | 150        | 0,75              | 0,15         | 15,15         | 64,50                         | 3,00          |
|                   | ТК№052        | МАНДАРИН СВЕЖИЙ (аллергики)                        | 85         | 0,80              | 0,20         | 7,50          | 38,00                         | 15,20         |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>150</b> | <b>0,75</b>       | <b>0,15</b>  | <b>15,15</b>  | <b>64,50</b>                  | <b>3,00</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 43            | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                 | 40         | 0,62              | 6,25         | 4,75          | 77,81                         | 3,68          |
| 2012              | 57            | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5   | 4,22              | 6,36         | 7,85          | 108,22                        | 4,97          |
| 2012              | 269           | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                           | 55         | 7,00              | 3,68         | 13,90         | 104,96                        | 0,18          |
| 2008              | 129           | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ               | 110        | 1,82              | 1,46         | 7,11          | 48,79                         | 3,83          |
|                   | ТК№030        | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 150/5      | 0,00              | 0,00         | 7,00          | 28,00                         | 0,80          |
|                   | ТК№016        | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 28         | 1,63              | 0,20         | 10,63         | 51,63                         | 0,00          |
|                   | ТК№004        | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                  | 15         | 1,10              | 0,50         | 7,70          | 39,30                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>568</b> | <b>16,39</b>      | <b>18,45</b> | <b>58,94</b>  | <b>458,71</b>                 | <b>13,46</b>  |
| <b>Полдник</b>    |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012              | 237           | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                               | 100        | 17,95             | 11,62        | 16,18         | 246,15                        | 0,19          |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                   | 150        | 4,40              | 3,00         | 7,30          | 74,20                         | 0,80          |
|                   | ТК№052        | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                    | 85         | 0,80              | 0,20         | 7,50          | 38,00                         | 15,20         |
|                   | ТК№008        | ПЕЧЕНЬЕ  | 20         | 2,80              | 3,60         | 14,90         | 94,40                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>355</b> | <b>25,95</b>      | <b>18,42</b> | <b>45,88</b>  | <b>452,75</b>                 | <b>16,19</b>  |
| <b>Всего</b>      |               |  |            | <b>55,13</b>      | <b>51,62</b> | <b>160,87</b> | <b>1 302,96</b>               | <b>33,65</b>  |



## МЕНЮ

3 апреля 2025 г.

### Сад 12 часов

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда                                  | Выход      | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |   |            | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012              | 1             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                  | 30         | 3,24              | 4,10         | 7,00          | 62,00                         | 0,00          |
| 2008              | 189           | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ               | 205        | 6,00              | 8,00         | 27,00         | 203,00                        | 0,50          |
| 2008              | 189           | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)                      | 205        | 3,00              | 0,29         | 25,38         | 115,09                        | 0,00          |
|                   | ТК№043        | КАКАО С МОЛОКОМ                                     | 180        | 3,80              | 3,20         | 15,60         | 107,00                        | 0,60          |
| 2012              | 392           | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                           | 180/6      | 0,00              | 0,00         | 8,40          | 34,00                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>415</b> | <b>13,04</b>      | <b>15,30</b> | <b>49,60</b>  | <b>372,00</b>                 | <b>1,10</b>   |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ  | 179        | 0,96              | 0,24         | 17,80         | 78,00                         | 1,44          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>179</b> | <b>0,96</b>       | <b>0,24</b>  | <b>17,80</b>  | <b>78,00</b>                  | <b>1,44</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 43            | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                  | 50         | 0,80              | 7,47         | 6,06          | 94,77                         | 3,66          |
| 2012              | 57            | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ  | 200/10/5   | 3,96              | 6,22         | 8,03          | 106,68                        | 5,11          |
| 2012              | 57            | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики) | 200/10/5   | 3,56              | 6,55         | 11,61         | 120,00                        | 5,56          |
| 2012              | 269           | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                            | 75         | 9,39              | 4,93         | 18,69         | 153,45                        | 0,37          |
| 2008              | 129           | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ                | 135        | 2,21              | 1,77         | 8,66          | 59,17                         | 5,21          |
| 2008              | 129           | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ (аллергики)                      | 135        | 1,73              | 0,16         | 12,78         | 60,03                         | 4,89          |
| 2012              | 392           | ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 180/6      | 0,00              | 0,00         | 8,40          | 34,00                         | 0,00          |
|                   | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                    | 27         | 1,70              | 0,20         | 10,60         | 51,00                         | 0,00          |
|                   | ТК №004       | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                   | 25         | 1,88              | 0,75         | 12,90         | 66,00                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>713</b> | <b>19,94</b>      | <b>21,34</b> | <b>73,34</b>  | <b>565,07</b>                 | <b>14,35</b>  |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008              | 224           | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                | 130        | 23,52             | 15,37        | 21,11         | 323,55                        | 0,25          |
| 2008              | 181           | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)              | 130        | 7,20              | 5,90         | 33,00         | 240,00                        | 0,00          |
| 2008              | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                    | 200        | 6,00              | 4,00         | 9,80          | 98,90                         | 1,10          |
| 2012              | 392           | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)                           | 180/6      | 0,00              | 0,00         | 8,40          | 34,00                         | 0,00          |
|                   |               | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                     | 84         | 0,80              | 0,20         | 7,50          | 38,00                         | 15,20         |
|                   | ТК№018        | ПЕЧЕНЬЕ   | 30         | 2,28              | 3,00         | 26,00         | 111,00                        | 0,00          |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>444</b> | <b>32,60</b>      | <b>22,57</b> | <b>64,41</b>  | <b>571,45</b>                 | <b>16,55</b>  |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>66,54</b>      | <b>59,45</b> | <b>205,15</b> | <b>1 586,52</b>               | <b>33,44</b>  |