

МЕНЮ

21 мая 2025 г.

Ясли

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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергии)	30	2,20	1,00	15,40	78,60	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	35	1,13	1,97	2,25	30,43	1,75
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,40	14,06	1,94	94,13	0,17
2008	189 - А	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергии)	155	2,69	1,36	13,49	76,82	0,00
	TKN№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,84	3,23	15,76	108,07	0,61
	TKN№030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,36	33,44	0,96
Итого			345	18,61	23,36	26,95	294,63	2,53
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	69,00	0,00
Итого			150	0,75	0,15	15,15	69,00	0,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,34	0,04	3,15	33,00	1,10
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,39	6,94	8,18	113,05	4,10
2012	98 - А	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (аллергии)	150	1,22	0,22	9,91	46,70	4,05
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	9,84	10,27	9,78	170,75	0,40
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	65	19,29	16,51	0,60	227,81	0,26
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,78	4,06	11,29	88,11	4,75
2008	123 - А	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	120	2,33	0,47	18,97	89,63	9,60
	TKN№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			555	18,75	21,93	52,30	560,21	10,35
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,02	1,62	7,88	54,02	4,24
		КАПУСТА ОТВАРНАЯ С ПОДСОЛНЕЧНЫМ МАСЛОМ (аллергии)	125	2,27	4,59	5,93	75,41	23,40
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TKN№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,01	0,00	0,37	1,55	0,00
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	101	0,40	0,40	9,92	47,56	10,12
Итого			474	15,63	14,22	46,05	378,07	4,54
Всего				53,74	59,66	140,45	1 301,91	17,42