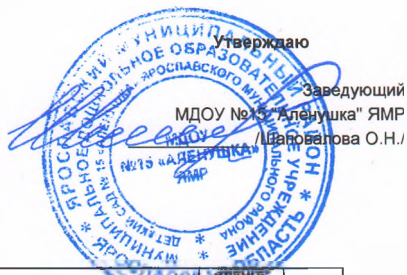


МЕНЮ
26 марта 2025 г.
Ясли 12 часов



Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) <small>(сыр российский)</small>	10	2,37	3,01	0,00	37,13	0,07
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ <small>(крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	150	3,64	4,88	27,59	169,49	0,42
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(сахар песок, чай черный байховый)</small>	150	0,11	0,00	9,90	40,01	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)</small>	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			340	8,37	8,76	52,91	325,23	0,51
II Завтрак								
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ <small>(яблоки)</small>	100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Итого			100	0,39	0,39	9,51	45,59	4,00
Обед								
2008	76	СВЕКОЛЬНИК <small>(свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная, говядина 1 сорт)</small>	150/15/5	4,85	6,24	12,03	126,15	5,05
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>(крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)</small>	150	3,59	4,58	37,55	205,18	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ <small>(филе куриное, батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сушеные паншированные, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), лук репчатый, соль йодированная)</small>	60	2,15	5,55	9,70	97,44	0,21
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ <small>(мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)</small>	20	0,28	0,55	1,36	13,16	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" <small>(сахар песок, вода питьевая, сушеные абрикосы без косточки (курага), виноград сушеный (изюм), слива сушеная (чернослив))</small>	150	0,53	0,09	20,67	86,43	0,15
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	35	2,35	0,31	15,03	72,31	0,00
Итого			585	13,75	17,32	96,34	600,67	5,41
Полдник								
		НАПИТОК "СНЕЖОК" 2,5% ЖИРНОСТИ <small>(напиток "снежок" 2,5% жирности)</small>	150	3,93	3,64	15,71	114,95	0,00
Итого			150	3,93	3,64	15,71	114,95	0,00
Ужин								
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ <small>(макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное)</small>	150	6,56	10,11	24,30	214,43	0,13
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(сахар песок, чай черный байховый)</small>	150	0,11	0,00	9,90	40,01	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной пшеница высш. сорт обог. микроэлементами)</small>	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			330	8,92	10,98	49,62	333,04	0,15
Всего				35,36	41,09	224,09	1 419,48	10,07

Щерба

Жучихина Е.А.; Защеринская И.В.