

МЕНЮ
4 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов(vs)

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	20	3,10	2,24	5,63	125,55	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	2,80	6,00	10,00	150,05	0,00
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,50	3,01	12,00	32,00	0,10
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,80	0,60	6,67	52,40	0,00
Итого			360	9,20	11,85	34,30	360,00	0,10
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	125	2,25	1,25	5,25	50,00	0,17
	ТК № 006	БАНАН СВЕЖИЙ (аллергики)	80	1,22	0,42	16,80	76,80	3,20
Итого			125	2,25	1,25	5,25	50,00	0,17
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	30	0,25	1,77	2,67	27,22	1,64
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,58	6,68	6,33	54,01	8,29
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30	4,52	3,99	14,27	97,17	10,14
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,10	3,50	18,00	77,80	0,00
2008	442	СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА АБРИКОС	150	0,75	0,00	19,05	82,50	0,00
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,10	0,16	4,00	41,30	0,00
Итого			555	12,30	16,10	64,32	380,00	20,07
Полдник уплотнённый								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	50	3,10	6,37	4,00	90,00	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	4,39	3,70	10,76	130,75	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,28	0,13	9,72	42,25	19,45
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008		ПРЯНИКИ	25	1,48	1,18	18,75	80,00	0,00
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,05	0,35	14,70	56,00	0,00
Итого			420	11,30	11,85	64,33	430,00	19,45
Всего				35,05	41,05	168,20	1 220,00	39,79