

Утверждаю

заведующий
№23 "Ласточка"
Ванюнина Е.А./



МЕНЮ

5 августа 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	185	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ГЕРКУЛЕСОМ	175	7,18	8,57	23,58	198,77	0,83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,73	0,17	19,80	87,63	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,06	4,13	0,08	37,73	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,26	1,82	12,03	73,00	0,41
Итого			351	11,23	14,69	55,49	397,13	1,24
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	50	0,55	0,20	6,54	33,41	6,82
Итого			50	0,55	0,20	6,54	33,41	6,82
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,71	0,13	2,44	15,43	16,08
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	180	3,47	6,69	14,92	134,97	6,77
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	24,11	21,41	32,29	418,74	14,22
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,58	0,26	29,69	131,44	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,31	0,17	8,37	40,28	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	160	0,13	0,12	22,69	92,97	1,16
Итого			601	32,31	28,78	110,40	833,83	38,23
Полдник								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	120	8,15	8,10	26,25	209,84	0,05
2012	13	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	45	0,30	4,58	0,94	46,15	1,55
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,10	0,00	8,83	36,19	0,48
Итого			315	8,55	12,68	36,02	292,18	2,08
Всего				52,64	56,35	208,45	1 556,55	48,37

медсестра _____



Утверждаю

заведующий
№23 "Ласточка"
Ванюнина Е.А./

МЕНЮ

5 августа 2025 г.

Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	185	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ГЕРКУЛЕСОМ	195	7,97	9,52	26,19	220,91	0,92
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,15	0,21	24,73	109,46	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,06	4,13	0,08	37,73	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,71	2,19	14,45	87,55	0,49
Итого			406	12,89	16,05	65,45	455,65	1,41
II Завтрак								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	50	0,54	0,20	6,54	33,37	6,81
Итого			50	0,54	0,20	6,54	33,37	6,81
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,71	0,13	2,44	15,42	16,06
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	250	4,84	9,27	20,70	187,21	9,40
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	220	26,78	23,80	35,95	465,54	15,79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,44	0,35	39,58	175,18	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,96	0,26	12,58	60,54	0,00
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ	180	0,15	0,14	27,34	112,00	1,39
Итого			751	37,88	33,95	138,59	1 015,89	42,64
Полдник								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	10,19	10,15	32,71	262,09	0,06
2012	13	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,40	6,09	1,25	61,43	2,06
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,11	0,00	10,60	43,38	0,58
Итого			390	10,70	16,24	44,56	366,90	2,70
Всего				62,01	66,44	255,14	1 871,81	53,56

медсестра _____

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 283794527629869324954276015987693411863249112288

Владелец Ванюнина Елена Анатольевна

Действителен с 11.03.2026 по 11.03.2027