

МЕНЮ

6 октября 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	180	5,70	5,33	22,93	161,33	0,76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,86	0,18	21,42	94,83	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,06	4,48	0,09	40,92	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,09	0,00	8,70	36,00	0,78
Итого			357	7,71	9,99	53,14	333,08	1,54
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,56	0,12	11,30	48,12	0,92
Итого			100	0,56	0,12	11,30	48,12	0,92
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,48	0,09	1,66	10,48	10,92
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	2,47	3,95	16,47	111,84	6,29
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	11,19	4,08	17,11	151,84	0,44
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	140	3,45	3,65	14,76	107,74	28,88
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,80	0,28	32,17	142,43	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,22	0,16	7,78	37,46	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,10	0,10	17,61	72,19	0,96
Итого			612	21,71	12,31	107,56	633,98	47,49
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	9,90	15,90	1,95	190,13	0,16
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	29	0,23	0,03	0,49	3,71	1,43
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,82	0,24	11,68	56,18	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/8	0,05	0,00	8,56	34,42	0,01
Итого			320	12,00	16,17	22,68	284,44	1,60
Всего				41,98	38,59	194,68	1 299,62	51,55

медсестра



МЕНЮ

6 октября 2025 г.

Сад

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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	6,31	5,89	25,52	179,13	0,84
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,34	0,23	26,83	118,75	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,06	4,48	0,09	40,92	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,01	10,50	43,47	0,93
Итого			413	8,83	10,61	62,94	382,27	1,77
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,56	0,12	11,30	48,12	0,92
Итого			100	0,56	0,12	11,30	48,12	0,92
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,48	0,09	1,66	10,46	10,89
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	3,43	5,47	22,79	154,98	8,73
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80	13,06	4,71	19,90	176,41	0,51
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,99	4,24	16,92	124,18	33,31
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,73	0,38	42,93	190,04	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,82	0,24	11,68	56,18	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,12	0,12	21,10	86,53	1,16
Итого			773	26,63	15,25	136,98	798,78	54,60
Полдник								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	11,47	15,11	2,31	190,64	0,20
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	29	0,23	0,03	0,49	3,71	1,43
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,82	0,24	11,68	56,18	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,07	0,00	10,34	41,57	0,01
Итого			372	13,59	15,38	24,82	292,10	1,64
Всего				49,61	41,36	236,04	1 521,27	58,93

медсестра