



МЕНЮ

14 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	185	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ГЕРКУЛЕСОМ	190	7,46	7,98	23,93	196,01	0,91
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,54	0,25	29,18	129,16	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,04	2,77	0,05	25,28	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,67	2,17	14,43	87,18	0,47
Итого			406	12,71	13,17	67,59	437,63	1,38
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								
2012	13	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,29	4,66	0,90	46,57	1,49
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	200	3,11	3,20	21,17	126,04	7,80
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	16,72	7,57	27,50	285,84	14,16
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	4,06	0,41	46,68	206,62	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,35	0,31	15,03	72,31	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,12	0,12	21,44	87,92	1,16
Итого			694	26,65	16,27	132,72	825,30	24,61
Полдник								
2012	216	ОМЛЕТ С СЫРОМ	130	16,85	24,07	1,99	290,38	0,22
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	55	0,62	4,73	2,58	56,32	4,52
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,35	0,31	15,03	72,31	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,07	0,00	10,53	42,33	0,01
Итого			410	19,89	29,11	30,13	461,34	4,75
Всего				59,81	58,67	241,74	1 772,39	31,66

медсестра

МЕНЮ

14 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	185	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С ГЕРКУЛЕСОМ	170	6,71	7,15	21,44	175,70	0,82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	2,03	0,20	23,33	103,28	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,04	2,77	0,05	25,28	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,22	1,80	11,98	72,49	0,40
Итого			349	11,00	11,92	56,80	376,75	1,22
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								
2012	13	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,21	3,55	0,68	35,50	1,12
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	180	2,80	2,86	19,12	113,70	7,03
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	14,33	6,45	23,74	245,17	12,37
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	3,05	0,31	35,04	155,10	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,56	0,21	10,02	48,21	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,10	0,10	17,87	73,24	0,96
Итого			581	22,05	13,48	106,47	670,92	21,48
Полдник								
2012	216	ОМЛЕТ С СЫРОМ	110	14,04	20,08	1,66	242,24	0,19
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	45	0,47	3,60	1,93	42,79	3,38
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,35	0,31	15,03	72,31	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/8	0,05	0,00	8,73	35,11	0,01
Итого			348	16,91	23,99	27,35	392,45	3,58
Всего				50,52	49,51	201,92	1 488,24	27,20

медсестра _____