

МЕНЮ
19 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов

| 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 | | | | | | | | |
| 2024 | 7 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 20 | 1,16 | 0,45 | 11,36 | 53,50 | 2,00 |
| 2024 | 51 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 129 | 4,49 | 3,19 | 27,34 | 156,20 | 0,00 |
| 2024 | 23 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 0,09 | 0,00 | 6,96 | 28,16 | 0,02 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 150 | 0,13 | 0,00 | 11,24 | 45,46 | 0,03 |
| 2024 | 48 | АПЕЛЬСИН | 95 | 0,86 | 0,19 | 7,70 | 40,85 | 57,00 |
| Итого | | | 394 | 6,60 | 3,83 | 53,36 | 278,71 | 59,02 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | 20 | ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ | 180 | 3,10 | 4,50 | 8,10 | 73,00 | 0,00 |
| Итого | | | 180 | 3,10 | 4,50 | 8,10 | 73,00 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 59 | СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ | 39 | 0,38 | 3,58 | 3,06 | 45,90 | 1,54 |
| 2024 | 30 | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/15/5 | 5,75 | 6,62 | 9,51 | 123,09 | 5,31 |
| 2012 | 122 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) | 51 | 7,40 | 7,31 | 3,75 | 110,26 | 0,00 |
| 2012 | 320 | КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 111 | 2,26 | 1,72 | 4,98 | 44,81 | 24,51 |
| 2024 | 31 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 150 | 0,38 | 0,09 | 16,66 | 69,56 | 0,00 |
| 2024 | 41 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| 2024 | 17 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 566 | 19,33 | 20,12 | 58,84 | 497,01 | 31,36 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2024 | 38 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 40 | 0,32 | 0,04 | 1,00 | 5,59 | 3,99 |
| 2012 | 219 | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 129 | 9,06 | 16,02 | 6,03 | 204,32 | 0,80 |
| 2010 | 44 | ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики) | 69 | 20,49 | 17,56 | 0,41 | 241,26 | 0,18 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) | 99 | 5,65 | 4,27 | 25,53 | 162,94 | 0,00 |
| 2024 | 40 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ | 150/12 | 0,16 | 0,04 | 10,86 | 27,87 | 0,00 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 39 | 3,30 | 5,28 | 23,96 | 156,25 | 0,00 |
| 2024 | 4 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| Итого | | | 390 | 14,16 | 21,56 | 50,33 | 434,82 | 4,79 |
| Всего | | | | 43,19 | 50,01 | 170,63 | 1 283,54 | 95,17 |

Зав.производством _____ Лаппо Т.В.