

## МЕНЮ

29 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                  | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                     |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                     |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                  | 30       | 1,80              | 4,70    | 12,23            | 98,45                                    | 0,00                  |
|                               | 10                  | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО<br>КОНСЕРВИРОВАННОГО     | 40       | 1,11              | 1,93    | 2,21             | 29,85                                    | 1,71                  |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                   | 125      | 12,77             | 16,21   | 2,31             | 206,42                                   | 0,18                  |
|                               |                     | КАКАО С МОЛОКОМ                                     | 175      | 3,98              | 3,32    | 11,53            | 93,11                                    | 0,65                  |
| Итого                         |                     |                                                     | 370      | 19,66             | 26,16   | 28,28            | 427,83                                   | 2,54                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                     |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | ГРУША СВЕЖАЯ                                        | 95       | 0,40              | 0,34    | 10,39            | 47,24                                    | 2,01                  |
| Итого                         |                     |                                                     | 95       | 0,40              | 0,34    | 10,39            | 47,24                                    | 2,01                  |
| Обед                          |                     |                                                     |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 40                  | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК                            | 40       | 0,32              | 0,04    | 2,96             | 31,02                                    | 1,03                  |
| 2012                          | 76                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С<br>ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 3,18              | 5,13    | 9,44             | 98,86                                    | 3,80                  |
| 2012                          | 305                 | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ                          | 60       | 9,60              | 9,99    | 9,51             | 166,42                                   | 0,42                  |
| 2012                          | 324                 | ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ                                      | 100      | 1,62              | 3,70    | 10,29            | 80,31                                    | 4,33                  |
|                               |                     | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                     | 150      | 0,42              | 0,09    | 16,74            | 70,20                                    | 0,00                  |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                 | 20       | 1,33              | 0,16    | 8,51             | 41,23                                    | 0,00                  |
|                               |                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                   | 20       | 1,46              | 0,67    | 10,24            | 52,27                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                     | 555      | 17,93             | 19,78   | 67,69            | 540,31                                   | 9,58                  |
| Полдник                       |                     |                                                     |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                        | 40       | 4,90              | 4,50    | 0,30             | 63,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 129                 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ             | 115      | 1,52              | 1,49    | 6,40             | 49,72                                    | 4,53                  |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                 | 20       | 1,36              | 0,16    | 8,48             | 40,80                                    | 0,00                  |
|                               |                     | ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ                              | 27       | 4,20              | 5,40    | 22,40            | 152,00                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                      | 150/10   | 0,10              | 0,03    | 6,49             | 25,41                                    | 0,12                  |
| 2008                          | 435                 | РЯЖЕНКА                                             | 111      | 3,00              | 1,00    | 4,20             | 40,00                                    | 0,50                  |
| Итого                         |                     |                                                     | 473      | 15,08             | 12,58   | 48,27            | 370,93                                   | 5,15                  |
| Всего                         |                     |                                                     |          | 53,07             | 58,86   | 154,63           | 1 386,31                                 | 19,28                 |