



**МЕНЮ**  
13 февраля 2025 г.  
Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	237	<b>ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА</b> (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, молоко стуженное с сахаром 8,5% жирности)	130	22,3	15,4	10,6	275	0,4
2008	366	<b>СОУС МОЛОЧНЫЙ</b> (молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок)	30	0,6	2	2,3	29	0,1
2012		<b>БУТЕРБРОД СО СЛИВ. МАСЛОМ</b> (масло сладко-сливочное несоленое, батон простой)	20/10	1,7	8,5	9,9	122	0
2012	395	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СЛАДКИЙ</b> (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	160	2	2	9	62	0,3
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>26,6</b>	<b>27,9</b>	<b>31,8</b>	<b>488</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК ФРУКТОВЫЙ</b> (сок яблочный)	100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2012	36	<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ</b> (свекла, огурцы соленые, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,4	1,7	2	26	1
2008	92	<b>СУП С КЛЕЦКАМИ С КУРИЦЕЙ</b> (мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, кури потрош. 1 категория, укроп, сметана 20% жирности)	150	7,1	9,1	14,6	168	3,6
2012	304	<b>ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ</b> (кури потрош. 1 категория, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное)	160	9,2	13,5	27,7	269	1,9
к/к	к/к	<b>НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ</b> (лимон, сахар песок, вода питьевая)	150	0,1		11,8	49	1,2
2008		<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
2008		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	20	1,5	0,1	10	47	0
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>20,9</b>	<b>24,8</b>	<b>83,1</b>	<b>641</b>	<b>7,7</b>
<b>Полдник</b>								
2012	401	<b>КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК)</b> (кефир 2,5 % жирности)	150	4,3	3,7	5,8	77	0,4
2008	451	<b>ВЫПЕЧКА (ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ)</b> (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), яблоки)	50	2,3	1,2	17,1	89	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,6</b>	<b>4,9</b>	<b>22,9</b>	<b>166</b>	<b>1,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	189	<b>КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ</b> (пшено, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,5	7,8	32,1	225	0,5
2008	411	<b>КИСЕЛЬ</b> (сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая, ягодная смесь)	180			27,7	110	0
2008		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С СЫРОМ</b> (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт, сыр российский)	20/20	5,6	5,3	10	112	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>12,1</b>	<b>13,1</b>	<b>69,8</b>	<b>447</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>66,7</b>	<b>70,8</b>	<b>217,7</b>	<b>1785</b>	<b>12,2</b>

стациональность *дше* *138/дож*  
 Бухгалтер *А* Алпеева З.В.  
 Диетсестра *С* Колобова С.Г.