

МЕНЮ
06.03.2025г.

| № технологической карты | Наименование блюда | 1-3х лет | | | | | | 3-8 ми лет | | | | | |
|-------------------------------|---|-------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|---------------|-------------|---------------|---------------|----------------|----------------|---------------|
| | | Выход ясл./сад | Б | Ж | У | Ккал | Витамин С | Выход | Б | ж | У | Ккал | Витамин С |
| | Завтрак: | | | | | | | | | | | | |
| № 53 | Каша рисовая молочная жидкая | 150 | 2,64 | 3,45 | 24,3 | 174 | 0,15 | 200 | 6,2 | 6,6 | 30,4 | 232 | 0,2 |
| № 54 | Какао с молоком | 180 | 2,12 | 2,66 | 14,18 | 53,34 | 1,44 | 200 | 3,12 | 2,66 | 4,18 | 93,34 | 1,8 |
| № 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 4,7 | 3,9 | 14,6 | 109,1 | 0 | 50 | 6,306 | 4,174 | 9,416 | 220,334 | 0 |
| | | 365 | 9,46 | 10,01 | 53,08 | 336,44 | 1,59 | 450 | 15,626 | 13,434 | 43,996 | 545,674 | 2 |
| | | | | | | 20% | | | | | | 20% | |
| | Обед: | | | | | | | | | | | | |
| № 5_ | Салат: Салат из свежих огурцов | 30 | 0,33 | 0,03 | 0,48 | 3,9 | 20 | 40 | 0,06 | 0 | 0,12 | 0,99 | 22,4 |
| № 113 | Борщ с капустой и картофелем | 150 | 1,605 | 1,5 | 11,295 | 67,295 | 7,96 | 200 | 2,14 | 2 | 10,06 | 89,05 | 8,28 |
| №45 | Печень ,тушенная в соусе | 60 | 5,318 | 2,056 | 20,1 | 100,002 | 0,033 | 70 | 4,454 | 3,911 | 7,023 | 150,109 | 0,308 |
| т/к № 2 | Макаронные изделия отварные с маслом | 110 | 2,445 | 2,09 | 9,6 | 39,012 | 0,023 | 130 | 2,003 | 3,336 | 2,482 | 42,36 | 0,231 |
| № 60 | Компот из сушеных фруктов | 150 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 84,75 | 0,3 | 180 | 0,44 | 0,02 | 20,4 | 113 | 0,4 |
| № 61 | Хлеб ржаной | 40 | 1,98 | 0,36 | 0,36 | 54,3 | 0 | 50 | 2,64 | 0,48 | 0,48 | 72,4 | 0 |
| | | 540 | 12,008 | 6,051 | 62,655 | 349,259 | 28,316 | 670 | 11,737 | 9,747 | 40,565 | 467,909 | 31,619 |
| | | | | | | 35% | | | | | | 35% | |
| | Полдник: | | | | | | | | | | | | |
| № 157 | Кефир, фидофилин, простокваша, ряженка. | 150 | 4,35 | 3,75 | 9 | 45 | 0,47 | 180 | 5,8 | 4 | 18,8 | 112 | 0,6 |
| № 63 | Печенье | 24 | 2,544 | 7,109 | 29,42 | 120,477 | 0,03 | 40 | 5,041 | 9,301 | 77,012 | 278 | 0,071 |
| №64 | Плоды свежие | 70 | 1,05 | 0,35 | 14,7 | 66,5 | 7 | 75 | 1,2 | 0,4 | 26,8 | 76,08 | 8 |
| | | 244 | 7,944 | 11,209 | 53,12 | 231,977 | 7,5 | 295 | 12,041 | 13,701 | 122,612 | 466,08 | 8,671 |
| | | | | | | 15% | | | | | | 15% | |
| | Ужин: | | | | | | | | | | | | |
| № 161 | Рыба, запеченная в омлете | 60 | 3,322 | 2,052 | 4,28 | 87 | 0,192 | 70 | 7,009 | 3,444 | 9,61 | 105 | 0,201 |
| № 162 | Свекла, тушенная в сметане или молочном соусе | 110 | 1,881 | 5,508 | 7,715 | 91,8 | 1,215 | 130 | 4,09 | 6,12 | 19,58 | 122 | 1,35 |
| т/к № 35 | Чай с лимоном | 200 | 3,5 | 3,1 | 17,05 | 93,36 | 6,19 | 200 | 3,5 | 3,1 | 17,05 | 93,7 | 6,19 |
| № 71 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,93 | 9,16 | 5,20 | 210,18 | 0 | 50 | 13,26 | 10,47 | 7,61 | 461,91 | 0 |
| | | 410 | 12,633 | 19,82 | 34,245 | 482,34 | 7,597 | 450 | 14,599 | 23,134 | 53,85 | 320,7 | 7,741 |
| | | | | | | 25% | | | | | | 25% | |
| | Всего за день | 1149 | 42 | 47 | 203 | 1400 | 45 | 1865 | 54 | 60 | 261 | 1800 | 50 |