

# МЕНЮ

20 августа 2025 г.

Сад 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                       |                     |                                                              |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| к/к                           | к/к                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ВЯЗКАЯ                            | 205     | 6,3               | 8,4     | 23,6             | 196                                      | 0,6                   |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                              | 200     | 4,7               | 4,9     | 14,9             | 123                                      | 0,8                   |
|                               |                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ                                   | 40/6/10 | 5,2               | 8,6     | 19,8             | 177                                      | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                              | 461     | 16,2              | 21,9    | 58,3             | 496                                      | 1,5                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                              |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                             | 200     | 0,1               |         | 10               | 42                                       | 1,6                   |
| Итого                         |                     |                                                              | 200     | 0,1               |         | 10               | 42                                       | 1,6                   |
| Обед                          |                     |                                                              |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2017                          | 10                  | СВЕКОЛЬНИК ПО- ДОМАШНЕМУ<br>НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО<br>СМЕТАНОЙ | 200/10  | 4,6               | 5,8     | 11,9             | 123                                      | 5,2                   |
| 2017                          | 85                  | ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО<br>ДЕРЕВЕНСКИ                         | 65      | 9,3               | 16,4    | 4,4              | 202                                      | 0,7                   |
| 2010                          | 82                  | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                              | 140     | 3,2               | 6,4     | 11,2             | 117                                      | 29,9                  |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ                                                       | 200     |                   |         | 22,4             | 90                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 50      | 3,3               | 0,5     | 24               | 105                                      | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                              | 665     | 20,4              | 29,1    | 73,9             | 637                                      | 35,8                  |
| Уплотненный полдник           |                     |                                                              |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 227                 | СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО<br>СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ                      | 150/30  | 5,5               | 8,4     | 37,7             | 254                                      | 0,2                   |
| 2012                          | 391                 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                                               | 200     | 0,1               |         | 0,3              | 2                                        | 0                     |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                                       | 100     | 0,4               | 0,4     | 9,5              | 46                                       | 4                     |
| Итого                         |                     |                                                              | 480     | 6                 | 8,8     | 47,5             | 302                                      | 4,2                   |
| Всего                         |                     |                                                              |         | 42,7              | 59,8    | 189,7            | 1477                                     | 43,1                  |



# МЕНЮ

20 августа 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                       |                     |                                                          |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| к/к                           | к/к                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ВЯЗКАЯ                        | 150    | 4,5               | 6       | 17,1             | 142                                      | 0,4                   |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                          | 180    | 4,1               | 4,4     | 13,2             | 110                                      | 0,7                   |
|                               |                     | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ                               | 30/4/6 | 3,6               | 5,5     | 14,8             | 124                                      | 0,1                   |
| Итого                         |                     |                                                          | 370    | 12,2              | 15,9    | 45,1             | 376                                      | 1,2                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                         | 150    | 0,1               |         | 7,5              | 32                                       | 1,2                   |
| Итого                         |                     |                                                          | 150    | 0,1               |         | 7,5              | 32                                       | 1,2                   |
| Обед                          |                     |                                                          |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2017                          | 10                  | СВЕКОЛЬНИК ПО-ДОМАШНЕМУ НА<br>МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 150/8  | 3,7               | 4,6     | 8,8              | 95                                       | 3,8                   |
| 2017                          | 85                  | ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПО<br>ДЕРЕВЕНСКИ                     | 50     | 7,3               | 12,5    | 3,4              | 156                                      | 0,5                   |
| 2010                          | 82                  | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                                          | 110    | 2,5               | 5,4     | 8,6              | 95                                       | 23,4                  |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ                                                   | 150    |                   |         | 16,8             | 67                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                              | 40     | 2,6               | 0,4     | 19,2             | 84                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                          | 508    | 16,1              | 22,9    | 56,8             | 497                                      | 27,7                  |
| Уплотненный полдник           |                     |                                                          |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 227                 | СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО<br>СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ                  | 130/25 | 4,5               | 7,2     | 32,1             | 218                                      | 0,2                   |
| 2012                          | 391                 | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                                           | 180    | 0,1               |         | 0,2              | 1                                        | 0                     |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                                   | 100    | 0,4               | 0,4     | 9,5              | 46                                       | 4                     |
| Итого                         |                     |                                                          | 435    | 5                 | 7,6     | 41,8             | 265                                      | 4,2                   |
| Всего                         |                     |                                                          |        | 33,4              | 46,4    | 151,2            | 1170                                     | 34,3                  |