

Утверждаю

Директор
МОУ СШ п. Ярославка ЯМР
_____/Петрушова Н.А./

МЕНЮ
1 апреля 2025 г.
Ясли 12

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	13	*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,04	6,60	0,06	59,84	0,00
2008	189	* КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (*рис, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности, *соль йодированная, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,69	5,16	20,88	145,32	0,43
к/к	к/к	*КАКАО С МОЛОКОМ (*молоко пастер. 3.2% жирности, *какао-порошок, *сахар песок)	160	3,58	3,60	14,63	106,47	0,53
		*ХЛЕБ ПШЕН. ЙОД (*хлеб пшеничный йодированный)	30	2,14	0,83	14,71	74,97	0,00
Итого			348	9,45	16,19	50,28	386,60	0,96
II Завтрак								
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	125	0,63	0,13	12,63	53,75	2,50
Итого			125	0,63	0,13	12,63	53,75	2,50
Обед								
2008		*ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (*огурцы грунтовые)	26	0,21	0,03	0,65	3,64	2,60
2008	75	СВЕКОЛЬНИК (ПО-ДОМАШНЕМУ) СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *морковь, *лук репчатый, *томатная паста, вода питьевая, *картофель, *масло подсолнечное рафинированное, *соль йодированная, *лавровый лист, *сметана 15% жирности)	150	1,47	3,40	8,37	74,11	4,05
2012	264	* ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (рыба минтай филе, *хлеб пшеничный йодированный, вода питьевая, *яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *сыр молога)	60	7,02	3,47	3,54	73,71	0,07
2008	335	* ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3.2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная)	110	2,68	4,12	16,06	112,45	7,55
к/к	к/к	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, вода питьевая)	160	0,00	0,00	10,65	42,57	0,00
		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	28	1,77	0,23	11,31	54,41	0,00
Итого			534	13,15	11,25	50,58	360,89	14,27
Полдник								
		СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	162	4,71	4,06	6,50	86,06	1,14
Итого			162	4,71	4,06	6,50	86,06	1,14
Ужин								
2008	227	* СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (*творог 9,0% жирности, *соль йодированная, *сметана 15% жирности, *яйца куриные (шт.), *сахар песок, *мука пшеничная высш.сорт, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	145	21,24	12,57	22,77	293,41	0,00
2010	92	* КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (*клюква , вода питьевая, *сахар песок, *крахмал картофельный)	160	0,06	0,03	13,39	55,14	0,76
		*ХЛЕБ ПШЕН. ЙОД (*хлеб пшеничный йодированный)	30	2,14	0,83	14,71	74,97	0,00
Итого			335	23,44	13,43	50,87	423,52	0,76
Всего				51,38	45,06	170,86	1 310,82	19,63

Бухгалтер _____ Никитина М.В.

Повар _____ Ступина Е.К. / Коваленко Н.В.