

Утверждаю

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

МЕНЮ
2 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	214	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *молоко пастер. 3,2% жирности, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированое, *масло сладко-сливочное несоленое)	120	9,79	14,42	2,65	179,78	0,25
к/к	к/к	* ЧАЙ С ЛИМОНОМ (*чай черный байховый, *сахар песок, *лимон, вода питьевая)	160	0,14	0,01	10,03	41,83	1,07
		*ХЛЕБ ПШЕН. ЙОД (*хлеб пшеничный йодированный)	29	2,11	0,81	14,46	73,70	0,00
Итого			317	12,08	21,84	27,20	355,15	1,32
II Завтрак								
2008		*БАНАН СВЕЖИЙ (*банан)	140	2,10	0,70	29,40	134,39	14,00
Итого			140	2,10	0,70	29,40	134,39	14,00
Обед								
2008	92	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (*рис, *соль йодированная, *картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, рыба минтай филе)	150	3,72	2,35	14,50	94,21	4,41
2008	256	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (*мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, *сметана 20% жирности, *соль йодированная, *печень говяжья , *масло сладко-сливочное несоленое, *томатная паста)	25/25	8,68	5,89	1,80	105,19	6,44
2012	205	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (*макаронные изделия высш.сорт, *соль йодированная, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое)	110	3,97	3,27	25,34	146,70	0,00
2008	401	* КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (*курага, *сахар песок, вода питьевая)	160	0,66	0,04	17,08	71,83	0,21
		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	28	1,83	0,24	11,72	56,39	0,00
Итого			498	18,86	11,79	70,44	474,32	11,06
Полдник								
2008	434	* МОЛОКО ТОПЛЕННОЕ (*молоко топленое)	166	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			166	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ужин								
2008	306	/* ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (*капуста белокочанная, *мясо говядина б/к, *рис, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированое, *соль йодированная)	150	7,62	12,69	10,43	187,25	14,71
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (*сахар песок, *чай черный байховый)	155	0,08	0,00	9,84	39,66	0,02
		*ХЛЕБ ПШЕН. ЙОД (*хлеб пшеничный йодированный)	29	2,11	0,81	14,46	73,70	0,00
Итого			334	9,81	13,50	34,73	300,61	14,73
Всего				42,85	47,83	161,77	1 264,47	41,11

Бухгалтер _____ Никитина М.В.

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