

МЕНЮ
15 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник реце-п тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергети-ческая цен-ность , ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во- ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ М ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	40	3,1	3	15,4	75	0
ТТК	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4,9	6,1	9,6	138	0
ТТК	035	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	180	0,1		5,9	24	0
Итого			370	8,1	9,1	30,9	237	0
II Завтрак								
2012	9.1.2.6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	95	0,3	0,3	9,7	43	0
Итого			95	0,3	0,3	9,7	43	0
Обед								
ТТК	17	*ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,4		0,9	7	0
ТТК	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ (рыба филе в ассортименте, яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	60	5,4	9,6	8,6	96	0
ТТК	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	180	2,8	5,2	16,4	103	0
ТТК	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, соль йодированная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт)	120	1,6	0,1	5,3	52	0
ТТК	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,2	0,2	11	88	0
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	3	1,2	20,6	105	0
Итого			650	14,8	16,5	71,3	492	0
Уплотненный полдник								
ТТК	260	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (говядина печень, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, вода питьевая)	60	9,3	5,9	0,5	104	7,2
ТТК	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	3,5	2,2	19,1	133	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	150	0,6	0,2	20	86	0
ТТК	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
ТТК	26	ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	40	2,6	6,2	22	149	0
Итого			390	17,4	14,7	70,1	513	7,2
Всего			40,6	40,6	182	1285		7,2