

МЕНЮ**Ясли 12 часов****19.06.2025 г.**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ		180	6,18	8,72	23,18	196,34
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	5,08	4,6	0,28	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	1,56	1,55	14,42	78,02
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,29	0,19	15,05	71,05
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		5	0,05	4,15	0,05	37,50
			10,08	14,61	52,70	382,91
II Завтрак						
СОК		95	0,76	0,19	7,12	36,06
			0,76	0,19	7,12	36,06
Обед						
СВЕКОЛЬНИК НА КК БУЛЬОНЕ		180	3,92	8,30	7,97	122,43
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ		150	3,59	7,53	16,61	148,77
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,24	0,03	0,75	4,19
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,76	0,05	18,36	77,50
ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,65	0,35	16,96	81,58
			11,16	16,26	60,65	434,47
Полдник						
БУЛОЧКА ФИГУРНАЯ		70	3,41	3,26	21,04	126,96
МОРС		200	5,82	6,21	9,12	116,40
			9,23	9,47	30,16	243,36
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ С ПОВИДЛОМ		150	12,29	16,56	39,64	358,78
ЧАЙ С САХАРОМ		180/15	0,17	0,00	13,53	54,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,29	0,19	15,05	71,05
			14,75	16,75	68,22	484,62
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			45,98	57,28	218,85	1 581,42

МЕНЮ
Сад 12 часов
19.06.2025 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ		170	6,28	7,76	23,33	188,88
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	5,08	4,6	0,28	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	2,06	1,55	17,02	90,44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,05	0,25	20,07	94,73
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)		10	0,03	4,13	0,04	37,40
			11,42	13,69	60,46	411,45
II Завтрак						
СОК		100	0,76	0,19	7,13	36,10
			0,76	0,19	7,13	36,10
Обед						
СВЕКОЛЬНИК НА К/К БУЛЬОНЕ		200	3,74	2,55	27,60	149,00
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ		180	4,94	4,11	27,78	168,12
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,40	0,05	1,25	6,97
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		200	1,01	0,06	29,25	122,42
ХЛЕБ РЖАНОЙ		50	3,31	0,44	21,20	101,98
			13,40	7,21	107,08	548,49
Полдник						
БУЛОЧКА ФИГУРНАЯ		70	3,41	3,26	21,04	126,96
МОРС		200	5,82	6,21	9,12	116,40
			9,23	9,47	30,16	243,36
Ужин						
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И С ПОВИДЛОМ		150/50	17,85	12,60	50,37	389,16
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15	0,19	0,00	14,93	60,46
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,82	0,31	25,09	118,41
			21,86	12,91	90,39	568,03
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56,67	43,47	295,22	1 807,43

