

Заместитель директора
ный комплекс "Открытие"
 /Захарова Л.Ф./



16 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
			Завтрак					
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	4,9	15,7	122	0,4
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59	0
2017	2	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,5	2,6		34	0
Итого			335	8	7,7	36,1	246	0,4
			II Завтрак					
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	125	0,8	0,3	23,8	103	2
Итого			125	0,8	0,3	23,8	103	2
			Обед					
		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	30	0,8	2,3	1,8	31	1,1
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	5,4	5,1	13,8	123	6,9
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ	120	7,3	6,7	27,9	201	0
2010	91	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	10,4	49	33,2
2010		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			515	16,1	14,5	68,7	475	41,2
			Уплотнённый полдник					
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,3		18,5	77	0
2017	73	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	50	7,4	7,1	6,4	118	0,4
		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	40	0,4	3,2	2,4	41	0,3
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	90	1,5	7,1	9,3	106	4,1
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150			7,9	31	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
Итого			510	11,9	17,6	59,6	444	4,8
Всего				36,8	40,1	188,2	1268	48,4

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.

Согласовано

Заместитель директора
МОУ Образовательный комплекс "Открытие"
/Захарова Л.Ф./



МЕНЮ

16 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда		Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
				Завтрак					
2010	36	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	4,2	5,9	18,9	147	0,5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71	0
2017	2	СЫР (ПОРЦИЯМИ)		12	3,1	3,1		41	0
Итого				402	9,6	9,2	43,4	297	0,5
				II Завтрак					
		ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ		125	0,8	0,3	23,8	103	2
Итого				125	0,8	0,3	23,8	103	2
				Обед					
		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ		50	1,4	3,8	3	52	1,9
2010	9	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ		200	5,9	5,7	15,6	138	7,7
2010		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ		130	7,7	7	30,3	215	0
2010	91	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		180	0,3	0,1	12,5	58	40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ		45	3	0,4	19,1	92	0
Итого				605	18,3	17	80,5	555	49,6
				Уплотнённый полдник					
2010	91	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		180	0,4	0,1	22,2	92	0
2017	73	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ		70	10,4	9,6	8,9	165	0,6
		СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ		40	0,4	3,2	2,4	41	0,3
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		100	1,7	7,9	10,3	118	4,7
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ		180			9,4	38	0
2010		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		35	2,7	0,2	17,6	83	0
Итого				605	15,6	21	70,8	537	5,6
Всего					44,3	47,5	218,5	1492	57,7

Старшая медицинская сестра

Морозова М.Р.