

Утверждаю

Директор
МОУ Леснополянская НШ им. К.Д. Ушинского ЯМР
_____/Лозинская Г.В./

МЕНЮ
9 сентября 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								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,08	6,64	0,08	60,00	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,02	0,78	13,81	70,41	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	2,53	4,66	7,22	81,59	0,46
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,00	0,00	9,08	36,29	0,00
Итого			355	4,63	12,08	30,19	248,29	0,46
II Завтрак								
2008		*ФРУКТЫ	142	0,57	0,57	13,96	66,97	14,25
Итого			142	0,57	0,57	13,96	66,97	14,25
Обед								
2008		*ОВОЩИ СВЕЖИЕ	21	0,16	0,02	0,52	2,92	0,86
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	1,97	6,16	7,14	92,07	4,20
2012	256	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	55	8,16	2,42	3,29	67,35	0,37
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,64	3,87	17,93	117,43	8,72
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,61	0,35	16,69	80,31	0,00
Итого			540	15,54	12,82	55,25	398,78	14,15
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	139	3,90	3,37	6,46	72,68	0,72
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	4,91	7,33	34,05	221,62	0,07
Итого			194	8,81	10,70	40,51	294,30	0,79
Ужин								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	13	2,98	3,79	0,00	46,81	0,09
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,89	3,57	31,23	176,79	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/12	0,00	0,00	9,08	36,29	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,02	0,78	13,81	70,41	0,00
Итого			332	9,89	8,14	54,12	330,30	0,09
Всего				39,44	44,31	194,03	1 338,64	29,74