



Утверждаю

Заведующий  
ЦРР "Ладошки"  
Нигматулина

# МЕНЮ

20 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ	200	22,11	6,8	8,6	26,4	211
КАША ПШЕННАЯ (аллергики)	200	3,13	4,9	1,2	32,9	162
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	1,10	0,2		5,3	22
КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,66	3,3	3,6	12,9	98
БАТОН	60	6,00	4,8	0,6	29,5	143
СЫР	15	10,73	3,1	3,9		48
Итого		50,49	18	16,7	68,8	500
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	120	12,05				
ФРУКТЫ (аллергики)	100	0,00	1,9	0,9	30,5	142
Итого		12,05				
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ/КАПУСТЫ	60	14,73	3,2	3,8	9,7	86
РАССОЛЬНИК ПО-ЛЕНИНГРАДСКИ со сметаной	200	24,48	5,9	10,8	14,3	178
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	80	34,00	12,9	4	8,7	123
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	22,19	3,6	6,4	25	172
Каша гороховая (пюре) (аллергики)	150	0,00	17,4	4,9	46,4	292
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	150	0,00	5,4	0,7	34,9	167
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,83			7,8	31
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,92	3,3	0,4	21,2	102
Итого		101,15	28,9	25,4	86,7	692
<b>Полдник</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ	150	9,69	5,4	5,5	29,5	189
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	70	9,63	7,4	3,9	51,8	271
ЯБЛОКО (аллергики)	100	0,00	0,4	0,4	9,8	47
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	16,74	5	5,6	8,2	105
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,2	0,1	14,6	58
Итого		36,06	17,8	15	89,5	565
Всего		199,76	64,7	57,1	245	1757



# МЕНЮ

20 февраля 2025 г.

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ	150	16,46	5,1	6,5	20,1	159
КАША ПШЕННАЯ (аллергики)	150	1,97	3,3	0,8	20,3	102
КАКАО С МОЛОКОМ	150	9,53	2,7	2,9	10,9	81
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	1,50			9,7	39
БАТОН	50	5,00	4	0,5	24,6	119
СЫР	10	7,15	2	2,6		32
<b>Итого</b>		<b>38,14</b>	<b>13,8</b>	<b>12,5</b>	<b>55,6</b>	<b>391</b>
<b>II Завтрак</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	120	12,05				
ФРУКТЫ(аллергики)	100	36,49	1,9	0,9	30,8	143
<b>Итого</b>		<b>48,54</b>	<b>1,9</b>	<b>0,9</b>	<b>30,8</b>	<b>143</b>
<b>Обед</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ/КАПУСТЫ	40	9,56	1,9	2,4	6,2	57
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ со	180	21,94	4,7	8,8	13	151
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	25,50	9,7	3,1	6,5	92
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	17,73	2,9	5,1	19,9	138
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	2,35			6,8	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,33	2,6	0,4	17	82
<b>Итого</b>		<b>79,42</b>	<b>21,8</b>	<b>19,8</b>	<b>69,4</b>	<b>547</b>
<b>Полдник</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ	120	6,45	4,3	3,5	22,1	137
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	50	7,66	5,9	4,9	43	239
ЯБЛОКО (аллергики)	100	0,00	0,4	0,4	9,8	47
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	13,95	4,3	4,7	6,9	87
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,00	0,2	0,1	12,2	49
<b>Итого</b>		<b>28,07</b>	<b>14,5</b>	<b>13,1</b>	<b>72</b>	<b>463</b>
<b>Всего</b>		<b>194,16</b>	<b>52</b>	<b>46,3</b>	<b>227,8</b>	<b>1544</b>