



МЕНЮ
2 апреля 2024
САД 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белк и, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	202	КАША РИСОВАЯ (КРУПА РИСОВАЯ, МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, МАСЛО, СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, САХАР ПЕСОК)	150	3,9	6,2	22,2	161,2	0,6
1138	294	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК, САХАР ПЕСОК, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ)	200	3,0	2,4	10,5	76,7	0,5
2012	12	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ СОРТ)	40/5	3,1	4,4	20,1	94,7	
2008	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (СЫР РОССИЙСКИЙ)	6	1,4	1,7		21,2	
Итого			401	11,4	14,7	52,8	391,2	1,1
II Завтрак								
2012	399	ЯБЛОКО (ЯБЛОКИ)	120	0,5	0,5	11,8	56,4	
Итого			120	0,5	0,5	11,8	56,4	
Обед								
2012	311	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (СВЕКЛА, КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ, МОРКОВЬ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, САХАР ПЕСОК, ЛИМОННАЯ КИСЛОТА, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, КАРТОФЕЛЬ, СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ)	180/5	2,4	4,0	15,9	112,9	
2008	598	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ, МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ, МОРКОВЬ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ)	70	11,6	12,0	4,6	175,1	
2008	302	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ)	130	4,9	3,7	22,0	140,1	
2012	37	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ, ЛИМОННАЯ КИСЛОТА, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, САХАР ПЕСОК, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, МОРКОВЬ)	50	1,3	2,5	6,2	23,1	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ), САХАР ПЕСОК, ВОДА ПИТЬЕВАЯ)	180			6,8	27,1	
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ (ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ)	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
Итого			665	23,5	22,6	74,6	602,2	
Полдник								
2008	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.), МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ)	150	14,0	18,5	3,3	235,8	
2012	37	САЛАТ "СВЕКОЛКА" СВЕКЛА (МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ)	50	0,9	2,1	5,3	43,4	
1101	5	ЧАЙ С САХАРОМ (ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, САХАР ПЕСОК)	180			6,8	27,1	
101	42	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ СОРТ)	40	3,1	0,3	20,1	27,1	
Итого			420	18,3	21,3	37,2	412,8	
Ужин								
385	5	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ)	190	5,3	4,6	8,9	99,5	0,5
1257	504	ВАТРУШКИ (МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ, ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ, ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.), МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, САХАР, ПЕСОК, ДРОЖЖИ)	60	4,7	6,4	21,5	162,7	
Итого			250	14,2	9,6	44,2	322,3	0,5
Всего			1,856	67,9	68,7	220,6	1784,9	1,6

Повар

Шанц В.И.

Воспитатель

Кулясова Е.В.