

Утверждаю

Заведующий

Полагенко Е.В.



**МЕНЮ**

10 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	Углевод, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	<b>СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ</b> (МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, ПШЕНО, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, САХАР ПЕСОК)	150	4,4	5,9	17,5	141,2	0,6
1138	294	<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> (КАКАО-ПОРОШОК, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, САХАР ПЕСОК)	200	2,8	2,4	11,3	79,1	0,5
2012	12	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ</b> (МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ СОРТ)	40/6	3,0	5,2	19,3	135,6	
2008	15	<b>СЫР (ПОРЦИЯМИ)</b> (СЫР РОССИЙСКИЙ)	6	1,4	1,7		21,2	
Итого			402	11,7	15,2	48,9	381,1	1,1
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	<b>ЯБЛОКО</b> (ЯБЛОКИ)	120	0,5	0,5	11,8	56,4	
Итого			120	0,5	0,5	11,8	56,4	
<b>Обед</b>								
2012	226	<b>РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ</b> (КРУПА ПЕРЛОВАЯ, МОРКОВЬ, КАРТОФЕЛЬ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ)	200/10	1,9	5,1	12,7	109,3	
2008	331	<b>КАРТОФЕЛЬ И КАПУСТА, ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ КУРОМ</b> (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ)	170	9,9	8,6	22,7	208,4	
2008	402	<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> (СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ), САХАР ПЕСОК, ВОДА ПИТЬЕВАЯ)	180			6,8	27,1	
2008	2	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> (ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ)	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
Итого			670	21,1	20,8	84,1	608,8	
<b>Полдник</b>								
2008	224	<b>ОМЛЕТ С РИСОМ</b> (ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.), МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, КРУПА РИСОВАЯ)	150	12,8	14,0	20,9	261,0	
		<b>САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ</b> (СВЕКЛА, СЫР РОССИЙСКИЙ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ)	60	3,6	6,1	6,7	97,1	
1101	5	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> (ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ САХАР ПЕСОК)	200			6,8	27,1	
101	42	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> (ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ СОРТ)	40	3,1	0,3	20,1	27,1	
Итого			450	19,5	20,4	54,5	479,9	
<b>Ужин</b>								
8	5	<b>СНЕЖОК</b> (КИСЛОМОЛ. ПРОДУКТ С БИФИДОФЛОРОЙ 2,5% ЖИРНОСТИ)	190	6,5	4,8	10,5	115,9	0,5
1257	504	<b>БЛИНЧИКИ</b> (МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.), САХАР ПЕСОК, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, ДРОЖКИ МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ)	60	4,7	6,4	21,5	162,7	
Итого			250	11,2	11,2	32,0	278,6	
Всего			1,872	55,5	56,6	203,4	1 559,6	1,6

Повар Шанц В.И.  
Воспитатель Кулясова Е.В.