

Утверждаю
Заведующий
Полагенко Е.В.



МЕНЮ

5 апреля 2024

САД 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	302	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ (КРУПА МАННАЯ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, САХАР ПЕСОК, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ)	150	4,7	6,7	19,2	156,2	0,6
1138	294	КАКАО С МОЛОКОМ (КАКАО-ПОРОШОК, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, САХАР ПЕСОК)	200	2,8	2,4	11,3	79,1	0,5
2012	12	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ. СОРТ)	40/6	3,1	5,2	20,1	139,6	
2008	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (СЫР РОССИЙСКИЙ)	6	1,4	1,7		21,2	
Итого			402	12,0	16,0	50,6	396,1	1,1
II Завтрак								
2012	399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (СОК ЯБЛОЧНЫЙ)	100	0,5	0,1	9,9	43,0	
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43,0	
Обед								
2012	311	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ, КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ)	180/10	2,2	4,2	12,0	77,2	
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ)	130	4,6	3,0	29,4	162,8	
2008	312	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ (КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, КРУПА РИСОВАЯ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ, МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ)	70	9,9	11,9	8,6	181,2	
		ИКРА ОВОЩНАЯ (СВЕКЛА, МОРКОВЬ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ)	50	1,1	3,3	6,1	58,5	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ), САХАР ПЕСОК, ВОДА ПИТЬЕВАЯ)	180			6,8	27,1	
2008	2	ХЛЕБ РЖАНОЙ (ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГОМ МИКРОНУТРИЕНТАМИ)	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
Итого			670	21,1	20,8	84,1	608,8	
Полдник								
2008	362	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С ОВОЩАМИ ЗАПЕЧЕННЫЕ (СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ, МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ, МОРКОВЬ, КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.))	80	10,4	6,9	5,4	131,3	
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (КАРТОФЕЛЬ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ)	130	2,5	4,1	20,4	128,3	
1101	5	ЧАЙ С САХАРОМ (ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, САХАР ПЕСОК)	200			6,8	27,1	
101	42	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ. СОРТ)	40	3,1	0,3	20,1	27,1	
Итого			450	16,0	11,3	52,7	381,4	
Ужин								
8	5	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ)	200	5,6	4,9	9,3	10,8	0,5
1257	504	ПЕЧЕНЬЕ (ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ)	50	3,8	4,9	37,2	208,5	
Итого			250	11,4	7,6	45,4	296,8	
Всего			1,872	59,0	58,0	243,7	1741,3	1,6

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