

Утверждаю

Заведующий

Полагенко Е.В.



МЕНЮ

9 апреля 2024

САД 12 ЧАСОВ

Сборник рецептов	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ (ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС", ВОДА ПИТЬЕВАЯ, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, САХАР ПЕСОК, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ)	150	4,4	5,9	17,5	141,2	0,6
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК, САХАР ПЕСОК, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ)	200	3,0	2,4	12,6	85,2	0,5
2012	12	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ. СОРТ)	40/6	3,0	5,2	19,3	135,6	
2008	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (СЫР РОССИЙСКИЙ)	6	1,4	1,7		21,2	
Итого			402	11,7	15,2	48,9	381,1	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	226	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ (КАРТОФЕЛЬ, ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МОРКОВЬ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ. СОРТ)	180	3,9	5,9	19,4	146,5	
2008	331	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, КАРТОФЕЛЬ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ)	150	11,6	16,7	24,6	295,1	
2008	312	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ, МОРКОВЬ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ)	50	1,1	4,0	3,3	53,6	
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			670	21,1	20,8	84,1	608,8	
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ, КРУПА МАННАЯ, САХАР ПЕСОК, ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.), МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ)	150/10	22,9	16,8	20,2	332,7	
		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ (ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.))	130	2,5	4,1	20,4	128,3	
1101	5	КИСЕЛЬ (КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР., САХАР ПЕСОК, ВОДА ПИТЬЕВАЯ)	200			10,2	41,0	0,5
101	42	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ. СОРТ)	40	3,1	0,3	20,1	27,1	
Итого			450	19,9	27,1	75,3	625,6	
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	70,5	75,1	234,2	1 908,1	1,6

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