

Утверждаю

Заведующий

Полагенко Е.В.



**МЕНЮ**

1 апреля 2025

САД 12 ЧАСОВ

Сборник рецептов	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	<b>КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ</b> (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	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b> (КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК, САХАР ПЕСОК, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ)	200	3,0	2,4	12,6	85,2	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>Обед</b>								
2012	226	<b>СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ</b> (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	<b>ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ</b> (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	<b>САЛАТ ВИТАМИННЫЙ</b> (КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ, МОРКОВЬ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ)	50	1,1	4,0	3,3	53,6	
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>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b> (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	
		<b>ЯЙЦО ОТВАРНОЕ</b> (ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.))	130	2,5	4,1	20,4	128,3	
1101	5	<b>КИСЕЛЬ</b> (КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР., САХАР ПЕСОК, ВОДА ПИТЬЕВАЯ)	200			10,2	41,0	0,5
101	42	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> (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	
<b>Ужин</b>								
8	5	<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b> (МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ)	200	5,6	4,9	9,3	10,8	0,5
1257	504	<b>ПЕЧЕНЬЕ</b> (ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ)	50	3,8	4,9	37,2	208,5	
Итого			250	11,4	7,6	45,4	296,8	
<b>Всего</b>			<b>1,872</b>	<b>70,5</b>	<b>75,1</b>	<b>234,2</b>	<b>1 908,1</b>	<b>1,6</b>

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