

Утверждаю
Заведующий
Полагенко Е.В.



4 апреля 2025

МЕНЮ

САД 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белк, 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	
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		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ. СОРТ)	40/5	3,0	4,4	19,4	128,8	
		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (СЫР РОССИЙСКИЙ)	6	1,4	1,7		21,2	
Итого			410	11,8	14,4	49,5	376,4	0,5
Обед								
2012	56	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	2,5	3,9	16,5	114,5	
2008	272	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (КУРЫ ПОЛУКОТЛР. 1 КАТЕГОРИИ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МОРКОВЬ, КРУПА РИСОВАЯ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ)	150	7,9	9,9	29,7	238,8	
2012	37	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ (КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ, СВЕКЛА, МОРКОВЬ, САХАР ПЕСОК, ЛИМОННАЯ КИСЛОТА, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ)	50	1,3	3,0	5,3	53,7	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ), САХАР ПЕСОК, ВОДА ПИТЬЕВАЯ)	180			7,0	27,9	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ)	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
Итого			615	18,6	23,7	79,7	536,9	
Полдник								
2008	214	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		САЛАТ МОРКОВНЫЙ (МОРКОВЬ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ)	60	0,9	2,0	4,7	40,7	
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, САХАР ПЕСОК)	200	2,8	2,4	12,4	83,3	
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ. СОРТ)	40	3,1	0,3	20,1	27,1	
Итого			450	20,8	23,2	40,5	386,9	
Ужин								
2008	432	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (МОЛОКО ПАСТЕР. 2.5% ЖИРНОСТИ)	200	5,6	4,9	9,3	104,8	0,5
2012		ПЕЧЕНЬЕ (ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ)	50	3,8	4,9	37,2	208,5	
Итого			250	9,4	9,8	46,5	313,3	0,5
Всего			1845	61,1	71,6	228	1669,9	1,0

Повар Шанц В.И. *Шанц*

Воспитатель Кулясова Е.В. *Кулясова*