

Утверждаю
Заведующий
Полагенко Е.В.



МЕНЮ

5 июня 2026

САД 12 ЧАСОВ

| Сборник рецептур | № тех. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины С, мг |
|------------------|--------------|--|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белк н, 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 Куркина Л.В. *Куркина*