

МЕНЮ
 04.04.2025
САД 12 ЧАСОВ

| Сборник рецептов | № тех. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита мин С, мг |
|-------------------|--------------|--|--------|-------------------|---------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белк и, г | Жиры, г | Углево ды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 193 | КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ (КРУПА МАННАЯ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, САХАР ПЕСОК, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ) | 160 | 4,1 | 5,5 | 19,7 | 145,1 | 0,6 |
| 1138 | 294 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК, САХАР ПЕСОК, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ) | 200 | 3,0 | 2,4 | 11,2 | 79,5 | 0,5 |
| 2012 | 12 | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ (МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ.СОРТ) | 40/6 | 3,0 | 5,5 | 19,4 | 139,3 | |
| Итого | | | 206 | 10,1 | 13,4 | 50,3 | 363,9 | 1,1 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 399 | ЯБЛОКО (ЯБЛОКИ) | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 56,4 | |
| Итого | | | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 56,4 | |
| 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 | 2,5 | 4,6 | 13,2 | 104,7 | |
| 2008 | 306 | БИТОЧКИ ИЗ КУР (КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ, ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ.СОРТ ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ) | 70 | 15,4 | 16,2 | 9,0 | 242,7 | |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ) | 130 | 4,6 | 3,0 | 29,4 | 162,8 | |
| 2012 | 37 | САЛАТ "СВЕКЛА ОТВАРНАЯ" (СВЕКЛА) | 50 | 0,9 | 0,1 | 5,1 | 24,4 | |
| 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 | 26,7 | 24,3 | 82,7 | 656,0 | |
| 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 | |
| 2012 | 41 | МОРКОВЬ ТЕРТАЯ (МОРКОВЬ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ) | 60 | 0,9 | 2,5 | 4,7 | 45,2 | |
| 1101 | 5 | КИСЕЛЬ (КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР., САХАР ПЕСОК, ВОДА ПИТЬЕВАЯ) | 190 | | | 9,8 | 39,1 | 0,5 |
| 101 | 42 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ.СОРТ) | 40 | 3,1 | 0,3 | 20,1 | 27,1 | |
| Итого | | | 450 | 30,7 | 10,1 | 60 | 386,9 | 0,5 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 385 | 5 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ) | 190 | 5,3 | 4,6 | 8,9 | 99,5 | 0,5 |
| 1257 | 504 | БЛИНЧИКИ (МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.), САХАР ПЕСОК, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, ДРОЖЖИ МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ) | 60 | 4,7 | 6,4 | 21,5 | 162,7 | |
| Итого | | | 250 | 10,0 | 11,0 | 30,4 | 262,2 | 0,5 |
| Всего | | | 1,896 | 72,4 | 68,8 | 230 | 1850,2 | 2,1 |

Повар *Сякина О.С.*
 Воспитатель *Гришанова Е.В.*