

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий С/П «Детский сад №4 комбинированного вида»  
 Т. А. Резепова/

**МЕНЮ**  
 31.03.2025  
 САД 12 ЧАСОВ

Сборник рецептур	№ тех. карт	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита мин С, мг
				Белк и, г	Жиры, г	Углево ды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ</b> (МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ. СОРТ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, СЫР РОССИЙСКИЙ)	160	6,0	6,3	29,4	198,8	
к/к	к/к	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> (ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ САХАР ПЕСОК)	200			6,8	27,1	
2012		<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ</b> (МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ. СОРТ)	40/10	3,0	8,5	19,5	166,2	
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>9</b>	<b>14,8</b>	<b>55,7</b>	<b>392,1</b>	
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	<b>ЯБЛОКО</b> (ЯБЛОКИ)	120	0,5	0,5	11,8	56,4	
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>11,8</b>	<b>56,4</b>	
<b>Обед</b>								
2012	56	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ</b> (МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.), ВОДА ПИТЬЕВАЯ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ, КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ, ВОДА ПИТЬЕВАЯ СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ)	180	4,6	5,6	26,6	176,1	
2008	272	<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР</b> (КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ, МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, МОРКОВЬ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ, САХАР ПЕСОК, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ, КУРЫ ПОЛУПОТР. 1 КАТЕГОРИИ)	150	9,8	9,5	8,2	159,0	
2012	37	<b>САЛАТ "СВЕКОЛКА" СВЕКЛА</b> (МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ)	50	0,9	2,1	5,3	43,4	
2008	402	<b>КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ</b> (СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ), САХАР ПЕСОК, ВОДА ПИТЬЕВАЯ)	180			6,8	27,1	
2008		<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> (ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ)	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>18,6</b>	<b>17,6</b>	<b>68,1</b>	<b>507,6</b>	
<b>Полдник</b>								
2008	214	<b>ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ</b> (РЫБА МИНТАЙ НЕРАЗДЕЛАННЫЙ, ЛУК РЕПЧАТЫЙ, МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ, ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.), ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ. СОРТ, МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ)	80	15,0	4,3	7,2	127,8	
2012		<b>ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ</b> (МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ, ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ, СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ)	130	9,6	3,1	20,1	146,8	
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
к/к	к/к	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> (ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА, ВЫСШ. СОРТ)	40	3,1	0,3	20,1	27,1	
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>30,7</b>	<b>10,1</b>	<b>60</b>	<b>386,9</b>	
<b>Ужин</b>								
2008	432	<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b> (МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ)	200	5,6	4,9	9,3	104,8	0,5
2012		<b>ПЕЧЕНЬЕ</b> (ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ. СОРТ)	50	3,8	4,9	37,2	208,5	
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>9,4</b>	<b>9,8</b>	<b>46,5</b>	<b>313,3</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>			<b>1810</b>	<b>68,6</b>	<b>52,8</b>	<b>242,1</b>	<b>1656,3</b>	<b>1,0</b>

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