



**МЕНЮ**  
15 апреля 2025 г.  
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" <small>(крупа рисовая, пшено, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, соль йодированная, вода питьевая)</small>	200	4,9	6,5	20,4	161	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ <small>(масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	40/6/6	3,1	4,5	20,2	134	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ <small>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)</small>	180	2,2	1,7	11,4	71	0,4
<b>Итого</b>			<b>432</b>	<b>10,2</b>	<b>12,7</b>	<b>52</b>	<b>366</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ <small>(сок яблочный)</small>	107	0,5	0,1	10,8	46	2,1
<b>Итого</b>			<b>107</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,8</b>	<b>46</b>	<b>2,1</b>
<b>Обед</b>								
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ <small>(свекла, огурцы соленные, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированное)</small>	70	1,1	2,9	5	51	2,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ <small>(бройлеры цыплята потрош. 1 категории, картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сметана 15% жирности, томатная паста, вода питьевая)</small>	200	5,1	5,2	14	124	17,4
2008	298	СУФЛЕ <small>(бройлеры цыплята потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2.5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, соль йодированная)</small>	55	7,4	8,2	1,5	109	0,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>(картофель, молоко пастер. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)</small>	125	2,7	4,5	19,2	128	9,4
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)</small>	49	3,2	0,4	20,8	100	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (витаминизированный) <small>(сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота)</small>	200			6,7	27	35
<b>Итого</b>			<b>699</b>	<b>19,5</b>	<b>21,2</b>	<b>67,2</b>	<b>539</b>	<b>64,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА (с повидлом) <small>(молоко пастер. 2.5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, яйца куриные (шт.), повидло, масло подсолнечное рафинированное)</small>	100	8,9	3,3	49	260	0,2
2008	411	КИСЕЛЬ <small>(кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)</small>	200			17,9	72	0
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>8,9</b>	<b>3,3</b>	<b>66,9</b>	<b>332</b>	<b>0,2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА <small>(творог 5.0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2.5% жирности, масло подсолнечное рафинированное)</small>	135	14,8	13,2	15,5	241	0,3
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) <small>(молоко пастер. 2.5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, вода питьевая)</small>	45	1,7	1	7,1	44	0,2
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>(хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)</small>	38	2,9	0,2	19,2	91	0
2012	391	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ <small>(чай черный байховый, молоко пастер. 2.5% жирности, сахар песок, вода питьевая)</small>	200	1,7	1,4	9,5	57	0,3
<b>Итого</b>			<b>418</b>	<b>21,1</b>	<b>15,8</b>	<b>51,3</b>	<b>433</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>				<b>60,2</b>	<b>53,1</b>	<b>248,2</b>	<b>1716</b>	<b>68,8</b>

Бухгалтер Белова Белова О.В.

Повар Сас