

МЕНЮ

2 апреля 2026 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, повидло)	25/15	1,78	0,66	24,05	109,31	0,09
2008	189	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	160	6,20	3,44	21,02	137,68	0,31
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ (вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок, сахар песок)	200	2,00	1,57	9,74	60,19	0,00
Итого			400	9,98	5,67	54,81	307,18	0,40
II Завтрак								
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ (йогурт 2,5% жирности)	125	2,70	3,00	13,05	90,00	0,00
Итого			125	2,70	3,00	13,05	90,00	0,00
Обед								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,81	4,40	4,64	56,78	1,31
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНый) СО СМЕТАНОЙ (вода питьевая, свекла, картофель, щавель, шпинат, лук репчатый, рисовая мука, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, лимонная кислота, соль йодированная, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности)	200	4,43	4,73	12,56	116,35	3,20
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	130	1,73	5,38	17,48	127,03	4,18
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) (мясо говядина б/к (лопатка), крупа рисовая, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, томатное пюре)	70	9,36	4,70	13,54	111,27	0,39
	TK №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,29	0,44	21,05	101,26	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (груша, вода питьевая, сахар песок, лимонная кислота)	180	0,12	0,12	21,10	86,20	0,72
Итого			690	19,74	19,77	90,37	598,89	9,80
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) (томаты свежие, огурцы свежие)	65	0,54	0,09	1,81	10,93	10,03
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ (картофель, соль йодированная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт)	140	2,24	7,90	23,65	155,36	16,23
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ) (рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	85	12,21	7,24	10,88	167,95	0,42
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), морковь, лук репчатый)	50	7,37	6,29	0,35	87,40	0,13
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ- (лимон, вода питьевая, сахар песок)	200	0,17	0,02	15,05	64,50	3,24
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ- (печенье затяжное)	31	1,37	2,99	21,33	127,06	0,00
2008		ГРУША (груша)	115	0,46	0,35	11,88	54,19	5,77
Итого			636	16,99	18,59	84,60	579,99	35,69
Всего				49,41	47,03	242,83	1 576,06	45,89

Медицинская сестра

Павлова Л.Н.

Шеф повар (зав. производством)

Гончарова Т.А.