



МЕНЮ 1 апреля 2025 г. Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочно-сливочное несоленое)	110	11,39	15,57	2,00	193,86	0,16
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (портула энокеры, масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,66	3,69	36,52	2,34
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	30	1,94	4,30	12,60	96,80	0,00
Итого			400	21,19	26,83	28,39	440,18	5,50
II Завтрак								
	ТХ№020	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (МАНДАРИН) (мандарины)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Итого			100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ (картофель, огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,96	2,38	6,53	51,82	3,56
2012	57	БОРЩ (пшеница, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, помидоры свежие, масло подсолнечное рафинированное, сахар пастер., вода питьевая, специи 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная)	180	4,83	6,66	7,43	111,41	4,96
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (булгур гречневый пропаренный, вода питьевая, соль йодированная, масло сливочно-сливочное несоленое)	130	4,35	3,45	27,57	156,56	0,00
2012	282	ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ (свинина 1 категории, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта, вода питьевая, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	10,43	10,18	7,27	162,21	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, молоко питьевое высшего сорта, соль йодированная)	50	2,07	6,08	6,44	89,07	0,26
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок яблочный)	180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный (обжаренный))	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			665	25,23	29,13	83,66	701,47	12,38
Уплотненный полдник								
2012	54	ИЖРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, помидоры свежие, масло подсолнечное рафинированное, специи, майонез, соль йодированная)	50	0,78	1,70	4,54	37,31	1,69
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,72	3,73	18,52	118,86	9,00
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыбное филе, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное несоленое, соль йодированная, рыба копченая маринованная, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта, яйца куриные (шт.))	70	8,33	6,36	4,81	109,39	0,20
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар пастер., чай черный байховый)	180	0,12	0,00	9,92	40,15	0,02
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ВАФЛИ) (вафли с фруктами и шоколадом)	35	0,98	1,16	27,07	123,97	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	55	4,20	0,34	27,81	130,30	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной-пшеничный (обжаренный))	25	1,67	0,20	10,67	51,67	0,00
Итого			545	18,80	13,49	102,94	611,65	10,91
Всего				66,02	69,68	222,49	1791,30	66,79



МЕНЮ 1 апреля 2025 г. Если 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочно-сливочное нежирное, соль (подорожанка))	90	8,48	12,17	1,50	149,50	0,12
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервированная, масло подсолнечное рафинированное)	60	1,76	1,70	3,68	36,88	2,34
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,49	4,77	9,09	101,70	2,70
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочно-сливочное нежирное, хлеб пшеница французский мука высшего сорта)	25	1,56	4,34	10,08	85,63	0,00
Итого			355	17,29	22,98	24,26	373,71	5,16
II Завтрак								
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ (МАНДАРИН) (мандарины)			100	0,80	0,20	7,50	37,99	37,99
Итого			100	0,80	0,20	7,50	37,99	37,99
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ (картофель, огурцы свежие, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль (подорожанка))	40	0,75	1,73	5,22	39,62	2,86
2012	57	БОРЩ (свиная, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, яйца куриные, перо лука 1 килограмм, сметана 10% жирности, соль (подорожанка))	150	4,20	6,27	8,04	108,18	5,30
2008	181	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая продукт, вода питьевая, масло сливочно-сливочное нежирное, соль (подорожанка))	110	3,77	3,52	23,90	142,20	0,00
2012	282	ШНИЦЕЛ И РУБЛЕННЫЕ (свинина 1 килограмм, хлеб пшеница французский мука высшего сорта, яйца куриные, масло сливочно-сливочное нежирное, соль (подорожанка))	50	7,53	7,62	6,02	122,64	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное нежирное, мука пшеница высшего сорта, соль (подорожанка))	30	1,25	3,76	3,95	54,78	0,16
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ (сок апельсиновый)	150	0,75	0,15	14,85	64,50	3,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржанопшеничный (обж. микронутриентами))	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
Итого			690	19,55	23,18	70,48	573,16	11,32
Уплотненный полдник								
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ (морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, (сметана) 10%, соль (подорожанка))	30	0,47	0,93	2,85	22,18	1,04
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочно-сливочное нежирное, соль (подорожанка))	120	2,52	2,52	17,07	101,34	8,29
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба морской нежирная, хлеб пшеница французский мука высшего сорта, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сливочно-сливочное нежирное, соль (подорожанка))	50	8,75	3,96	4,83	90,12	0,14
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (листья чайные, сахар песок, чай черный байховый)	150	0,10	0,00	7,85	31,82	0,02
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ВАФЛИ) (вафли с фруктово-ягодной начинкой)	25	0,70	0,83	19,41	88,91	0,00
2008	73	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеница-французский мука высшего сорта)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржанопшеничный (обж. микронутриентами))	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
Итого			435	16,92	8,68	80,61	470,43	8,49
Всего				54,56	55,01	182,95	1.455,23	63,96