

/Аникина В.Ю./

МЕНЮ
7 августа 2026 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	62	ОМЛЕТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, мука пшеничная высш. сорт, масло сливочное (моноклит), соль йодированная)	120	7,63	9,12	5,97	136,71	0,42
2001	127	КАКАО С МОЛОКОМ СЛАДКИЙ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	3,33	3,39	12,70	96,08	0,55
2008	147	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) (масло сливочное (моноклит))	8	0,08	5,83	0,11	53,20	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	2,25	0,78	15,18	76,80	0,00
Итого			338	13,29	19,12	33,96	362,79	0,97
II Завтрак								
2001	139	АПЕЛЬСИН (апельсины)	78	0,70	0,08	2,33	26,44	46,67
Итого			78	0,70	0,08	2,33	26,44	46,67
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	37	0,29	0,04	1,10	5,50	3,67
1991 г.	2	СУП-ЛАПША С КУРИЦЕЙ (куры потрош. 1 категории, лук репчатый, морковь, макаронные изделия высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, сушеная зелень, вода питьевая)	200	4,47	5,66	9,40	106,48	0,63
1991	190	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ, С МАСЛОМ СЛ. (куры потрош. 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, соль йодированная, чеснок, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное (моноклит))	200	9,81	11,44	24,51	240,22	12,36
2008	120	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ СЛАДКИЙ (курага, сахар песок, вода питьевая)	180	0,65	0,04	13,94	59,27	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	48	3,08	0,51	18,73	93,41	0,00
Итого			665	18,30	17,69	67,68	504,88	16,68
Полдник								
2008	375	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ВАРЕНЬЕМ (варенье, хлеб пшеничный)	30/22	2,88	1,04	34,68	156,81	0,26
2008	134	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жирности)	180	5,40	4,50	7,20	90,90	0,54
Итого			232	8,28	5,54	41,88	247,71	0,80
Ужин								
	37	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. (капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, масло сливочное (моноклит))	170	3,04	5,22	11,01	97,01	27,45
2008	131	ЧАЙ С САХАРОМ (чай, вода питьевая, сахар песок)	180	0,11	0,00	8,18	33,14	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30	2,25	0,78	15,18	76,80	0,00
Итого			380	5,40	6,00	34,37	206,95	27,45
Всего				45,97	48,43	180,22	1 348,77	92,57

повар

Кокурина Н.А.