



Утверждаю

ГБДОУ д/с 77
/Ковалева С.А./

МЕНЮ
28 августа 2023 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое, 82.5% жирности, высш. сорт, батон нарезной пшен. мука высш. сорт, обог. микроэлементами)	45	5,1	6,4	10,9	97	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная -полтавская №1, артек, вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2.5% жирности, соль пищевая йодированная помол №1, высш. сорт, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое, 82.5% жирности, высш. сорт)	215	7,5	8,6	36,4	273	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики) (крупа пшеничная -полтавская №1, артек, вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1, высш. сорт, сахар белый кристаллический)	205	6,7	0,8	49,2	230	0
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный крупнолистовой, лимоны свежие, сахар белый кристаллический, вода питьевая)	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
Итого			453	12,7	15	55,8	406	1,6
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки свежие)	225	0,6	0,6	14,8	66	6
Итого			225	0,6	0,6	14,8	66	6
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые(пикли, корнишоны,зеленцы))	80	0,4		0,9	7	1
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель ранний, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высш. сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1, высш. сорт, мука пшеничная хлебопекарная, высш. сорт, масло сливочное несоленое, 82.5% жирности, высш. сорт, яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория, мясо говядина б\к (лопатка) замороженная, петрушка свежая (зелень))	210/10/10	0,9	3,5	4,4	53	1,4
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (филе трески мороженое, высшая категория, категория а, молоко питьевое пастер. 2.5% жирности, масло сливочное несоленое, 82.5% жирности, высш. сорт, мука пшеничная хлебопекарная, высш. сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1, высш. сорт, яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высш. сорт)	115	8,7	9,2	4,7	179	0,6
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель ранний, морковь столовая свежая, молоко питьевое пастер. 2.5% жирности, масло сливочное несоленое, 82.5% жирности, высш. сорт, соль пищевая йодированная помол №1, высш. сорт)	225	1,5	6,7	4,8	85	1,1
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки свежие, вода питьевая, сахар белый кристаллический)	180	0,1	0,1	23,6	97	0,9
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	37	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен. мука высш. сорт, обог. микроэлементами)	32	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			899	14,8	20,3	59,3	524	5
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудки кур замороженные, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высш. сорт, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, рис шлифованный, 1 сорт, соль пищевая йодированная помол №1, высш. сорт)	300	30	27,8	50,3	306	2,1
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	37	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напитки витаминизированные промышленного производства сухие инстантные (быстрорастворимые), вода питьевая)	180	5,5	2	3,5	154	3
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная хлебопекарная, высш. сорт, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое, 82.5% жирности, высш. сорт, яйцо куриное пищевое столовое, 1 категория, молоко питьевое пастер. 2.5% жирности, творог 5% жирности, дрожжи хлебопекарные сухие активные, соль пищевая йодированная помол №1, высш. сорт, ванилин, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высш. сорт)	75	4,2	2,5	25,5	141	0
Итого			592	41,4	32,5	89,9	652	5,1
Всего				69,5	68,4	219,8	1648	17,7

МЕНЮ
29 августа 2023 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыры полутвердые в ассортименте, батон нарезной пшеница высш сорт обог. микроэлементами)	30	4,1	4	10,1	93	0,1
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (рис шлифованный, 1 сорт, вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, соль пищевая йодированная помол №1 высш сорт, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое 82,5% жирности высш сорт)	205	5,1	8,1	27,9	205	0,5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики) (рис шлифованный, 1 сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1 высш сорт, сахар белый кристаллический)	205	2	0,3	24,7	110	0
	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный крупнолистовой, сахар белый кристаллический, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (аллергики) (чай черный крупнолистовой, сахар белый кристаллический, вода питьевая)	180	0,7		7,9	34	0,1
Итого			415	12,4	14,9	51,6	375	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (соки фруктовые, прямого отжима осветленные в ассортименте)	246	0,2	0,5	39,6	165	983,3
Итого			246	0,2	0,5	39,6	165	983,3
Обед								
	ТК№0 14	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты свежий)	47	0,5	0,1	1,9	12	5
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель ранний, макаронные изделия группы а, высш сорт, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное высш сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1 высш сорт, грудки куриные замороженные, петрушка свежая (зелень))	200/10/1	4,5	5,2	5,5	86	1,3
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (печень говяжья замороженная, рис шлифованный, 1 сорт, лук репчатый свежий, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности высш сорт, яйцо куриное пищевое столовое 1 категория, соль пищевая йодированная помол №1 высш сорт)	185	17,9	19,5	20,5	330	17,4
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (плоды шиповника сушеные, сахар белый кристаллический, вода питьевая)	180	0,6	0,2	22	93	72
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	14	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеница высш сорт обог. микроэлементами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			657	26	25,7	66,6	604	95,7
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ (Филе трески мороженое, высшая категория, категория а, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, лук репчатый свежий, масло сливочное несоленое 82,5% жирности высш сорт, соль пищевая йодированная помол №1 высш сорт)	65	7,9	0,4	0,3	137	0,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель ранний, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, масло сливочное несоленое 82,5% жирности высш сорт, соль пищевая йодированная помол №1 высш сорт)	125	0,6	4	0,9	42	0,1
	ТК№0 48	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки свежие, вода питьевая, сахар белый кристаллический, кислота лимонная пищевая)	180	0,1	0,1	21,7	88	1,4
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	14	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная хлебопечная высш сорт, дрожжи хлебопекарные сухие, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, соль пищевая йодированная помол №1 высш сорт, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное высш сорт)	45	3,8	0,8	22,8	114	0,1
Итого			429	13,4	5,4	52,1	412	2,5
Всего				52	46,5	209,9	1556	1082,6

МЕНЮ
30 августа 2023 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем стерилизованный, ассортименте, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, выш. сорт, батон нарезной пшени муки выш. сорт обог. микроэлементами)	30	1,4	2,1	16,1	69	1,8
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый, выш. сорт, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное выш. сорт, петрушка свежая (зелень))	50	1,5	2,7	3	41	2,2
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо куриное пищевое, столовое, 1 категория, молоко питьевое, пастер. 2,5% жирности, соль пищевая, йодированная, помол №1 выш. сорт, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное выш. сорт)	150	15,6	21,2	2,9	151	0,2
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики) (хлопья овсяные "Геркулес", вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1 выш. сорт, сахар белый кристаллический)	205	4	2	23,2	127	0
	TK№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток(не содержащий в своем составе натуральные кофе), сахар белый кристаллический, молоко питьевое, пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого			410	21,3	28,4	34,7	345	4,7
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (груши свежие поздних сроков созревания)	149	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			149	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
	TK№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	68	0,4		1,3	7	2
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, ранний, капуста белокочанная раннеспелая, морковь, столовая свежая, лук репчатый свежий, томат, паста, содержание сухих веществ не менее 25% категория экстра, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное выш. сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1 выш. сорт, сметана 15% жирности, петрушка свежая (зелень))	200/5/1	0,5	4,3	1,9	51	1,6
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (мясо говядина бк (лопатка) замороженная, морковь, столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, выш. сорт, мука пшеничная хлебопекарная, выш. сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1 выш. сорт)	70/70	0,8	3,8	4,5	56	0,9
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (гречка гречневая ядрица, 1 сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1 выш. сорт, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, выш. сорт)	130	7,2	5,9	33	240	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (чай черный крупнолистовой, вода питьевая, варенье стерилизованное)	180/15	0,1		8,2	34	0,2
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	16	1	0,1	6,4	31	0
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшени муки выш. сорт обог. микроэлементами)	16	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			771	11,1	14,6	63	458	4,7
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная раннеспелая, мясо говядина бк (лопатка) замороженная, рис шлифованный, 1 сорт, лук репчатый свежий, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, выш. сорт, яйцо куриное пищевое, столовое, 1 категория, сметана 15% жирности, мука пшеничная хлебопекарная, выш. сорт, вода питьевая, томат, паста, содержание сухих веществ не менее 25% категория экстра, соль пищевая йодированная помол №1 выш. сорт)	205	2,4	3,7	12,4	96	1,3
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны свежие, вода питьевая, сахар белый кристаллический)	180	0,1		16,9	65	2,3
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	26	1,7	0,2	10,6	51	0
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшени муки выш. сорт обог. микроэлементами)	16	1,1	0,5	7,7	39	0
	TK№0 05	ЙОГУРТ В ИНД УПАК (йогурт фруктовый, 2,5% жирности)	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			527	8,1	6,9	52,1	308	3,9
Всего				41,1	50,4	165,3	1182	16,3



МЕНЮ
31 августа 2023 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, выш. сорт, батон нарезной пшеница выш. сорт обог. микроэлементами)	30	3,4	4,3	7,3	65	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (манная крупа, марка м, вода питьевая, молоко питьевое, пастер. 2,5% жирности, соль пищевая йодированная, помол №1 выш. сорт, сахар, белый кристаллический, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, выш. сорт)	205	6	8	27	203	0,5
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики) (манная крупа, марка м, вода питьевая, соль, пищевая йодированная, помол №1 выш. сорт, сахар, белый кристаллический)	205	3	0,3	23,8	109	0
	ТК№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ (пшенишкоруха, сахар, белый кристаллический, молоко питьевое, пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	185	3,9	3,3	15,9	109	0,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, крупнолистовой, вода питьевая, сахар, белый кристаллический)	180/6			8,4	34	0
Итого			420	13,3	15,6	50,2	377	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки фруктовые, яблоки сорта «зеленые» в ассортименте)	179	0,2	0,4	28,8	120	716,7
	ТК№0 45	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (аллергики) (изюм сорта сушеный (изюм), выш. сорт, сахар, белый кристаллический, кислота лимонная пищевая, вода питьевая)	180	0,4		7	102	0
Итого			179	0,2	0,4	28,8	120	716,7
Обед								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба треска мороженое, высшей категории, категория а, батон нарезной пшеница выш. сорт обог. микроэлементами, молоко питьевое, пастер. 2,5% жирности, яйцо куриное пищевое, категория 1, категория, масло сливочное несоленое, 82,5% жирности, выш. сорт, соль, пищевая йодированная, помол №1 выш. сорт, мука пшеничная хлебопекарная, выш. сорт, вода питьевая)	85	10,5	5,5	20,9	172	0,4
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель ранний, лук зеленый, свежий, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, выш. сорт, соль, пищевая йодированная, помол №1 выш. сорт)	55	0,1	7,5	0,3	70	1,2
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свиная столовая свинка, капуста белокочанная раннеспелая, картофель ранний, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, томат-паста, содержащие сухих веществ не менее 25%, категория экстра, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, выш. сорт, сахар, белый кристаллический, вода питьевая, мясо говядина 6% (лопатка) замороженная, сметана 15% жирности, соль пищевая йодированная, помол №1 выш. сорт)	200/10/5	0,9	4,1	5,4	64	2
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь, столовая свинка, рипа, порошок зеленый, выш. сорт, капуста белокочанная раннеспелая, сахар, белый кристаллический, мука пшеничная хлебопекарная, выш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль, пищевая йодированная, помол №1 выш. сорт)	160	1,9	1,9	9,4	66	1,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, крупнолистовой, вода питьевая, сахар, белый кристаллический)	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	29	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеница выш. сорт обог. микроэлементами)	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			765	17	20	67,9	525	5,2
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5% жирности, соль, пищевая йодированная, помол №1 выш. сорт, манная крупа, марка м, сахар, белый кристаллический, яйцо куриное пищевое, столовое, 1 категория, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, выш. сорт, сметана 15% жирности)	135	2,2	5	18,3	129	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики) (хлопья овсяные "Геркулес", вода питьевая, соль, пищевая йодированная, помол №1 выш. сорт, сахар, белый кристаллический)	205	4	2	23,2	127	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко питьевое, пастер. 2,5% жирности)	204	6,1	4,1	10	101	1,1
	ТК№0 45	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (аллергики) (изюм сорта сушеный (изюм), выш. сорт, сахар, белый кристаллический, кислота лимонная пищевая, вода питьевая)	180	0,4		7	102	0
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины свежие, высший сорт)	108	0,8	0,2	7,5	38	15,2
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) (яблоки свежие)	147	0,6	0,6	14,8	66	6
	ТК№0 18	ПЕЧЕНЬЕ (печенье от «Милки» (оросованное))	31	2,3	3	26	111	0
Итого			478	11,4	12,3	61,8	379	16,3
Всего				41,9	48,3	208,7	1401	739,3



МЕНЮ
1 сентября 2023 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыры полутвердые в ассортименте, батон нарезной пшеничной муки высш. сорт обог. микроэлементами)	35	4,5	4,3	11,7	104	0,1
2003	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (рис шлифованный 1 сорт, пшено шлифованное высш. сорт, вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, высш. сорт, сахар белый кристаллический, соль пищевая йодированная, помол №1, высш. сорт)	200	6,2	10	26,8	209	0,8
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (аллергики) (рис шлифованный 1 сорт, пшено шлифованное высш. сорт, вода питьевая, сахар белый кристаллический, соль пищевая йодированная помол №1, высш. сорт)	200	1,9	0,4	20,5	92	0
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный крупнолистовой, сахар белый кристаллический, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный крупнолистовой, вода питьевая, сахар белый кристаллический)	180/6			8,4	34	0
Итого			415	13,9	17,1	62,1	390	1,4
II Завтрак								
	ТК №002	ГРУША СВЕЖАЯ (груши свежее летних сроков созревания)	139	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			139	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла столовая свежая, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высш. сорт)	45	0,7	2,6	1,3	40	1,7
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель ранний, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий томат-паста, содержание сухих веществ не менее 25%, категория жиста, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное высш. сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная, помол №1, высш. сорт, мясо говядины 5% (доплата) замороженная, яйцо куриное пищевое столовое 1 категория)	200/20	0,5	1,6	1,6	22	1
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (мясо говядины 5% (доплата) замороженная, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, высш. сорт, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное высш. сорт, картофель ранний, яйцо куриное пищевое столовое 1 категория, сухари панировочные, соль пищевая йодированная, помол №1, высш. сорт)	185	1,3	5,8	4,2	75	0
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана 15% жирности, мука пшеничная хлебопечкарная, высш. сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1, высш. сорт)	50	1	1,9	2,9	36	0
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (фрукты сушеные абрикосы сушеные (курага) половинки без косточек, высш. сорт, сахар белый кристаллический, кислота лимонная пищевая, вода питьевая)	180	0,4		7	102	0,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеничной муки высш. сорт обог. микроэлементами)	23	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			728	7,5	12,9	40,5	392	3
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (помидоры свежие)	50	0,6	0,1	1,9	12	5
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ (макаронные изделия группы в, высш. сорт, масло оливковое несоленое 82,5% жирности, высш. сорт, яйцо куриное пищевое столовое 1 категория, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное высш. сорт, соль пищевая йодированная помол №1, высш. сорт)	140	5	7,9	27,2	228	0,1
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный крупнолистовой, лимон свежий, сахар белый кристаллический, вода питьевая)	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная хлебопечкарная, высш. сорт, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, высш. сорт, яйцо куриное пищевое столовое 1 категория, дрожжи хлебопечкарные сушеные, вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1, высш. сорт, творог 5% жирности, ванилин, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, высш. сорт)	65	4,4	3,4	27	157	0
Итого			448	10,1	11,4	64,6	433	6,2
Всего				32,1	41,9	172,7	1286	13,6



МЕНЮ
4 сентября 2023 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем специализированный в ассортименте, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, выш. сорт, батон нарезный ланч мила выш. сорт обог. микроэлементами)	30	1,3	1,9	14,5	63	1,7	
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено шлифованное, выш. сорт, вода питьевая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, соль пищевая йодированная помет №1 выш. сорт, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, выш. сорт)	205	7,2	8,3	35	226	0,5	
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии) (пшено шлифованное, выш. сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная помет №1 выш. сорт, сахар белый кристаллический)	205	4,2	1	30,5	147	0	
	ТК№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток с сахаром в своем составе натуральный кофе), сахар белый кристаллический, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5	
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный, кристаллический, вода питьевая, сахар белый кристаллический)	180/6			8,4	34	0	
Итого			415	11,3	12,6	62,2	373	2,7	
II Завтрак									
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок фруктовый, прямого отжима осветленный в ассортименте)	182	0,2	0,4	29,3	122	728	
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) (яблоко свежее)	110	0,6	0,6	14,8	66	6	
Итого			182	0,2	0,4	29,3	122	728	
Обед									
	ТК№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурец свежий)	53	0,4		1,3	7	2	
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, репчатый, горох шлифованный целый 1 сорт, лук репчатый свежий, морковь столовая свежая, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, картофельная мука выш. сорт обог. микроэлементами, соль пищевая йодированная помет №1 выш. сорт, батон нарезный ланч мила выш. сорт обог. микроэлементами, вода питьевая йодированная помет №1 выш. сорт)	200/10	4,5	3,4	15,4	111	0,4	
2012	263	ФРИКАДЕЛКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ (рыба треска морозченое, лук репчатый свежий, морковь в батон нарезной ланч мила выш. сорт обог. микроэлементами, яйцо куриное пастеризованное столовое 1 категории, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, выш. сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная помет №1 выш. сорт)	75	8,2	15,5	7,6	155	0,2	
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь столовая свежая, картофель репчатый, лук репчатый свежий, выш. сорт, капуста белокачанная замороженная, соль пищевая йодированная помет №1 выш. сорт, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, выш. сорт, мука пшеничная хлебопекарная, выш. сорт, вода питьевая, сахар белый кристаллический)	125	1,7	2,7	5,5	53	1,1	
	ТК№0 42	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (яблоко свежее, сахар белый кристаллический, крахмал картофельный, выш. сорт, лимонный сок, вода питьевая)	175	0,1	0,1	21,8	101	1,1	
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный, кристаллический, вода питьевая, сахар белый кристаллический)	180/6			8,4	34	0	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржанопшеничный обог. микроэлементами)	25	1,7	0,2	10,6	51	0	
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезный пшен-мука выш. сорт обог. микроэлементами)	24	1,9	0,8	12,9	66	0	
Итого			687	18,5	22,7	75,1	544	4,8	
Полдник									
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (мясо говядины 8х (полотки) замороженная, батон нарезный ланч мила выш. сорт обог. микроэлементами, вода питьевая, курица панировочная, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, выш. сорт, соль пищевая йодированная помет №1 выш. сорт)	70	2	1,8	10,7	67	0	
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель репчатый, морковь столовая свежая, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, выш. сорт, соль пищевая йодированная помет №1 выш. сорт)	145	0,9	2,6	2,6	38	0,7	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржанопшеничный обог. микроэлементами)	15	1,7	0,2	10,6	51	0	
2008	454	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная хлебопекарная, выш. сорт, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, выш. сорт, масло сливочное рафинированное дезодорированное, выш. сорт, яйцо куриное пастеризованное столовое 1 категории, соль пищевая йодированная помет №1 выш. сорт, дрожжи хлебопекарные сухие, вода питьевая)	50	3,7	6,9	24,1	100	0	
	ТК№0 22	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напиток витаминизированный, промышленного производства, сухие instantные (быстрорастворимый, вода питьевая)	180	5,5	2	3,5	154	3	
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный, кристаллический, вода питьевая, сахар белый кристаллический)	180/6			8,4	34	0	
	ТК№0 05	ЙОГУРТ В ИНД. УПАК. (йогурт фруктовый 2,5% жирности)	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3	
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) (яблоко свежее)	110	0,6	0,6	14,8	66	6	
Итого			560	16,6	16	56	487	4	
Всего					46,6	51,7	222,6	1506	739,5



МЕНЮ
5 сентября 2023 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое 82,5% жирности, выш. сорт батон марочной пшеница выш. сорт обог. микроэлементами)	30	3,1	4	6,8	60	0
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый, выш. сорт, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное выш. сорт, петрушка свежая (зелень))	50	1,5	2,7	3	41	2,2
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные пищевые, столовые 1 категории, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, соль пищевая йодированная, помол №1, выш. сорт, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное выш. сорт)	140	14,2	19,3	2,7	137	0,2
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики) (хлопья овсяные "Теркулес", вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1, выш. сорт, сахар белый кристаллический)	205	3,6	1,8	21,1	115	0
	TK№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар белый кристаллический, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,8	3,2	15,6	107	0,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный кристалловый, вода питьевая, сахар белый кристаллический)	180/6			8,4	34	0
Итого			400	22,6	29,2	28,1	345	3
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (груши свежие поздних сроков созревания)	151	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			151	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК (морковь, столовая свекла, яблоки свежие, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, выш. сорт)	55	0,5	0,1	4,3	45	1,6
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель ранний, крупа пшеничная перловая №1, морковь столовая свежая, лук репчатый белый, огурцы соленые/квашеные, помидоры свежие, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное выш. сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1, выш. сорт, мясо говядина б/к (лопатки) замороженная, сметана 15% жирности)	200/10/5	0,6	4	3,4	54	0,4
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ (грудинка куриная замороженная, батон марочной пшеница выш. сорт обог. микроэлементами, молоко питьевое пастер. 2,5% жирности, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, выш. сорт, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное выш. сорт, соль пищевая йодированная помол №1, выш. сорт)	65	12,1	2,5	10	111	0,5
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла столовая свежая, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, выш. сорт, сахар белый кристаллический)	135	2,2	5,1	14,2	111	6
	TK№0 45	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушенный (изюм), выш. сорт, сахар белый кристаллический, кислота лимонная пищевая, вода питьевая)	180	0,4		7	102	0
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	26	1,7	0,2	10,6	51	0
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон марочной пшеница выш. сорт обог. микроэлементами)	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			701	19,4	12,7	62,4	540	8,5
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйца куриные пищевые, столовые 1 категории)	36	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь, столовая свекла, лук, картофель ранний, выш. сорт, капуста белокочанная, помидоры свежие, лук репчатый белый, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль пищевая йодированная помол №1, выш. сорт)	150	2,2	2	9,9	74	5,9
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	26	1,7	0,2	10,6	51	0
	TK№0 18	ПЕЧЕНЬЕ (печенье витаминизированное)	50	3,8	5	43,2	223	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (чай черный кристалловый, вода питьевая, варенье стерилизованное)	180/15	0,1		8,2	34	0,2
	TK№0 05	ЙОГУРТ В ИНД УПАК (йогурт фруктовый 2,5% жирности)	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			557	15,5	14,2	76,7	500	6,4
Всего				58,1	56,6	182,7	1458	20,9

МЕНЮ
6 сентября 2023 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыры: полутвердые в ассортименте, батон нарезной пшени мука высшего сорта обога микроэлементами)	30	4,1	3,9	10,9	96	0,1
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (манная крупа, маргарин, вода питьевая, молоко питьевое пастер 2,5% жирности, соль пищевая гидрокарбонатная помол №1 высшего сорта, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое 82,5% жирности высшего сорта)	205	6	8	27	203	0,5
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергика) (манная крупа, маргарин, вода питьевая, соль пищевая гидрокарбонатная помол №1 высшего сорта, сахар белый кристаллический)	205	3,3	0,3	26	119	0
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный крупнолистовой, сахар, белый кристаллический, молоко питьевое пастер 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,2	2,8	13,6	77	0,5
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергика) (чай черный крупнолистовой, вод. питьевая, сахар, белый кристаллический)	100/5			8,4	34	0
Итого			415	13,3	14,7	51,5	376	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ (сок фруктовый, ароматизатор осветленный в аскорбиновой)	198	0,2	0,4	31,9	133	792,2
Итого			198	0,2	0,4	31,9	133	792,2
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	38	0,4		1,3	7	2
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель ранний, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное высшего сорта, вода питьевая, курица кур замороженная сметана 15% жирности, соль пищевая гидрокарбонатная помол №1 высшего сорта, петрушка свежая (зелень))	200/10/5	1,7	3,6	1,4	46	0,9
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ (печенье галетное замороженное, лук репчатый свежий, морковь столовая свежая, картофель ранний, масло сливочное несоленое 82,5% жирности высшего сорта, яйцо куриное курица, порошок 1 категория, соль пищевая гидрокарбонатная помол №1 высшего сорта)	75	14,6	9,3	1,6	166	10,7
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 И ВАРИАНТ) (картофель свежий, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, перец сладкий болгарский, свекла, масло сливочное несоленое 82,5% жирности высшего сорта, мука пшеничная высшего сорта высшего сорта, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль пищевая гидрокарбонатная помол №1 высшего сорта)	145	1,7	6,8	6,8	102	6,5
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА (кисель плодово-ягодный на плодовых или ягодных экстрактах концентрированных соков, сахар, белый кристаллический, молоко питьевое питьевая, вода питьевая)	180			18,2	69	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обога микроэлементами)	34	2	0,2	12,7	61	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеничный высшего сорта обога микроэлементами)	27	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			714	22,3	20,7	54,9	617	20,1
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5% жирности, соль пищевая гидрокарбонатная помол №1 высшего сорта, манная крупа, маргарин, вода питьевая, яйцо куриное курица, порошок 1 категория, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное высшего сорта, сахар, порошок пшеничного сметана 15% жирности)	110	1,8	3,7	14,1	98	0
2008	169	КАША ОВСЯНАЯ "ПЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергика) (кашляя овсяная "Перкулес", вода питьевая, соль пищевая гидрокарбонатная помол №1 высшего сорта, сахар белый кристаллический)	280	15,9	8,1	83,1	468	0
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко питьевое пастер 2,5% жирности, масло сливочное несоленое 82,5% жирности высшего сорта, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сахар белый кристаллический, соль пищевая гидрокарбонатная помол №1 высшего сорта, ванилин)	50	0,9	2,4	6,8	41	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко питьевое пастер 2,5% жирности)	217	6,5	4,4	10,7	108	1,2
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергика) (чай черный крупнолистовой, вод. питьевая, сахар, белый кристаллический)	100/5			8,4	34	0
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины свежие высшего сорта)	106	0,8	0,2	7,5	38	15,2
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергика) (груши свежие полдник сроки созревания)	128	0,6	0,5	15,5	71	3
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высшего сорта высшего сорта, сахар, белый кристаллический, масло сливочное несоленое 82,5% жирности высшего сорта, яйцо куриное курица, порошок 1 категория, соль пищевая гидрокарбонатная помол №1 высшего сорта, дрожжи хлебопекарные сухие, вода питьевая, эссенция лимонная дезодорированная дезодорированная Ф. 100, 100)	50	4,5	7,3	29,7	136	0
Итого			646	14,5	16	65,8	421	16,5
Всего				50,3	53,8	207,1	1447	829,9



МЕНЮ
7 сентября 2023 г.
Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое - 2,5% жирности, яйцо сорт 1 белок, черная булка выд. сорт, обог. микроэлементами)	30	3,2	4,1	8,9	61	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (хлопья овсяные "Геркулес", вода питьевая, молоко питьевое пастер 2,5% жирности, соль пищевая йодированная помол №1, выд. сорт, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, выд. сорт)	205	6,7	9,7	24,4	211	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики) (хлопья овсяные "Геркулес", вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1, выд. сорт, сахар белый кристаллический)	205	3,8	1,8	21,1	115	0
	ТК№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток со вкусом шоколада в пакетиках, молоко питьевое пастер 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,8	2,4	12,7	94	0,5
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный крупнолистовой, вода питьевая, сахар белый кристаллический)	180/6			8,4	34	0
Итого			415	12,7	18,2	44	356	1
II Завтрак								
	ТК№0 20	БАНАН СВЕЖИЙ (банан свежий английский)	109	1,5	0,5	21	96	4
Итого			109	1,5	0,5	21	96	4
Обед								
	ТК№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые перелит, консервные заготовки)	48	0,4		0,9	7	1
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свиная стейковая говядина, капуста белокочанная свеж. сорт, картошка свежей очистки, лук репчатый свежий, лук репчатый 3% соль, морковь, картофель, морковь, лук репчатый свежий, капуста белокочанная свеж. сорт, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное выд. сорт, сахар белый кристаллический, вода питьевая, яйцо сорт 1 белок (ломтики) замороженная, сметана 15% жирности, соль пищевая йодированная помол №1, выд. сорт)	200/10,5	1,2	3,9	6,4	68	4,6
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (филе трески мороженное, высшая категория, категория а, морковка столовая свежая, лук репчатый свежий)	80	14,7	0,5		165	0,6
2012	364	СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана 15% жирности, мука пшеничная хлебопекарная, выд. сорт, вода питьевая, соль пищевая йодированная помол №1, выд. сорт)	20	0,3	1	1,2	15	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, морковь, лук репчатый свежий, вода питьевая, яйцо сорт 1 белок (ломтики), морковь 82,5% жирности, помидоры сорта "Черный принц", йодированная помол №1, выд. сорт)	125	0,7	4,7	1,1	49	0,1
	ТК№0 38	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный крупнолистовой, лимон свежий, сахар белый кристаллический, вода питьевая)	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеница выд. сорт №1, микроэлементами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			726	20,6	10,8	39	443	7,4
Полдник								
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ (мука пшеничная хлебопекарная, выд. сорт, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, яйцо сорт, соль пищевая йодированная помол №1, выд. сорт, дрожжи хлебопекарные сухие выд. сорт, вода питьевая, капуста белокочанная свеж. сорт, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное выд. сорт, яйцо куриное пищевое столовое 1 категория, петрушка свежая (зелень))	75	3,5	9,1	36,7	203	5,7
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокачанная свеж. сорт, мясо куриное филе (ломтики), морковь свежая, лук репчатый свежий, яйцо сорт, яйцо куриное столовое 1 категория, сметана 15% жирности, мука пшеничная хлебопекарная, выд. сорт, вода питьевая, помидоры свежие, капуста белокочанная свеж. сорт, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное выд. сорт, соль йодированная помол №1, выд. сорт)	180	3,3	3,3	12,4	96	18,1
	ТК№0 47	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (груши свежие в кожице свежие сорванные, вода питьевая, сахар белый кристаллический, лимонная кислота лимонная)	180	0,1	0,1	21,7	88	0,7
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№0 05	ЙОГУРТ В ИНДУПАК (йогурт фруктовый 2,5% жирности)	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			560	10,7	15,1	81,7	475	24,8
Всего				45,5	42,7	185,7	1370	37,2



МЕНЮ
8 сентября 2023 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ 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 ДЖЕМОМ <small>(джем стерилизованный в ассортименте, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, вилка сорт, батон нарезанный пышечкой, вилка сорт, сахар белый кристаллический)</small>	40	2	3	22,4	96	2,5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(рис шлифованный 1 сорт, вода питьевая, масло сливочное пастер 2,5% жирности, соль пищевая, гидролизованная помол №1, вилка сорт, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, вилка сорт)</small>	205	5,1	6,8	27,9	232	0,5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики) <small>(рис шлифованный 1 сорт, вода питьевая, соль пищевая, гидролизованная помол №1, вилка сорт, сахар белый кристаллический)</small>	205	2	0,3	24,7	110	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный крупнолистовой, вода питьевая, сахар белый кристаллический)</small>	180/6			8,4	34	0
Итого			431	7,1	9,8	58,7	362	3
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ <small>(сок фруктовый, прямого отжима осветленный в ассортименте)</small>	186	0,2	0,4	29,9	125	743,4
Итого			186	0,2	0,4	29,9	125	743,4
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ <small>(свекла столовая сырая, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, вилка сорт)</small>	65	1,1	3,9	5,4	61	2,5
2012	73	РАССОЛНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ <small>(картофель свежий, лук репчатый свежий, грибы шампиньоны, картофельная мука, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, вилка сорт, вода питьевая, соль пищевая, гидролизованная помол №1, вилка сорт, мясо говядины 6% (замороженная, сметана 15% жирности)</small>	200/10/5	0,3	4,6	1,1	49	0,6
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ <small>(грудки кур замороженные, яйцо куриное пищевое, столовое 1 категория, молоко питьевая пастер 2,5% жирности, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, вилка сорт, мука пшеничная хлебопекарная, вилка сорт, вода питьевая, соль пищевая, гидролизованная помол №1, вилка сорт)</small>	75	11,4	4,4	10,2	149	0,6
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>(макаронные изделия группы 1, вилка сорт, соль пищевая, гидролизованная помол №1, вилка сорт, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, вилка сорт)</small>	165	4,2	3,5	20,2	127	0
	ТК№0 47	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ <small>(груши свежие сладкие, сроки созревания, вода питьевая, сахар белый кристаллический, кислота лимонная пищевая)</small>	180	0,1	0,1	21,7	88	0,7
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный, сахар, микроэlementы)</small>	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН БОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной, пшеница 1 сорт, сахар, микроэlementы)</small>	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			740	20,7	17,6	82,1	591	4,4
Полдник								
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА <small>(мясо говядины 6% (полоски) замороженная, морковь столовая свежая, лук репчатый свежий, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, вилка сорт, мука пшеничная хлебопекарная, вилка сорт, вода питьевая, соль пищевая, гидролизованная помол №1, вилка сорт)</small>	70/70	0,9	4	5,1	61	1
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>(крупа гречневая, карди, 1 сорт, вода питьевая, соль пищевая, гидролизованная помол №1, вилка сорт, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, вилка сорт)</small>	130	7,2	5,9	33	240	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики) <small>(макаронные изделия группы 1, вилка сорт, соль пищевая, гидролизованная помол №1, вилка сорт, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, вилка сорт)</small>	165	4,5	3,8	21,7	136	0
	ТК№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ <small>(огурцы свежие)</small>	46	0,3		1	6	1,6
	ТК№0 44	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ <small>(фрукты сушеные, абрикосы сушеные, курага половинки) без косточки, вилка сорт, сахар белый кристаллический, кислота лимонная пищевая, вилка сорт, вода)</small>	180	0,4		25	102	0,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный, сахар, микроэlementы)</small>	25	2	0,2	12,7	61	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ <small>(мука пшеничная хлебопекарная, вилка сорт, сахар белый кристаллический, масло сливочное несоленое 82,5% жирности, вилка сорт, масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, вилка сорт, яйцо куриное пищевое, столовое 1 категория, соль пищевая, гидролизованная помол №1, вилка сорт, дрожжи хлебопекарные, сухие, вода питьевая)</small>	50	3,9	7,3	25,5	174	0
Итого			576	14,7	17,4	102,3	644	2,9
Всего				42,7	45,1	273	1722	753,7

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428858

Владелец Ковалева Светлана Александровна

Действителен с 28.10.2024 по 28.10.2025