

Утверждаю

**МЕНЮ**

21 мая 2025 г.

Сад 12 часов

Формуляр рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	6,50	7,43	28,81	207,93	1,16
2008	1	БУТЕРБРОД СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный формовой муки высш. сорт)	48	3,09	6,85	20,13	154,57	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	14,74	58,96	0,00
			378	9,59	14,28	63,68	421,46	1,16
II Завтрак								
		БАНАН (банан)	77	1,16	0,39	16,31	74,54	7,77
			77	1,16	0,39	16,31	74,54	7,77
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленные, капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, горошек зеленый консервы)	60	1,18	6,14	5,77	83,57	7,99
2023 г	005	СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, яйца куриные (шт.), вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	200	5,44	3,69	15,94	118,95	7,93
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ (говядина 1 категории, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, сметана 15% жирности, томатная паста, соль йодированная)	80	12,38	16,77	4,48	222,84	1,21
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,10	5,40	20,30	141,00	5,00
2023	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ"С" (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая)	180/10	0,70	0,04	16,56	69,98	0,22
2023		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
			730	26,11	32,48	84,25	738,32	22,35
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			210	6,83	5,78	30,88	204,08	0,94
Ужин								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог 5,0% жирности, соль йодированная, сметана 15% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, мука пшеничная высш. сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	120	19,35	14,73	32,20	347,16	0,37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой муки высш. сорт)	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	185/8	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
			353	22,40	14,98	60,01	472,85	0,37