



МЕНЮ
22 апреля 2026г.
10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК								
2011	15/4	Каша пшеничная(крупя пшеничная,молоко,вода,масло слив,сахар,соль)	180	6,5	6,0	31,2	206	
2011	36/2	Какао с молоком(какао,молоко,сахар,вода)	180	3,9	3,5	22,9	135	
2011	3/13	Бутерброд с сыром(батон,сыр)	30/10	4,9	2,9	14	104	
Итого:			400	15,3	12,4	68,1	445	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
		Ублоко	100					
Итого:								
ОБЕД								
2011	12/1	Салат из моркови с изюмом(морковь,изюм,сахар,раст.масло)	60	0,8	3,0	11,8	75	
2011	25/2	Суп-пюре (картофель,морковь,мука,молоко,масло слив,соль,вода)	180	2,5	2,6	11,8	82	
2011	34/2	Гренки	30	2,58	0,2	16,11	78,9	
2011	9/7	Котлета рыбная(минтай,хлеб,яйцо,соль,молоко)	70	9,6	1,4	5,6	73,5	
2011	45/3	Рис отварной (крупя рисовая,вода,соль,масло слив)	130	3,2	2,9	32,15	170,73	
2011	6/10	Компот.из сух-в(сухофрукты,сахар,вода,витамин с)	180	0,4	0,0	16,47	64,8	
		Витаминизация 3го блюда						0,0005
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,24	15,6	103,5	
		Хлеб ржаной	40	3,12	0,48	18,6	84,8	
Итого:			690	24,57	10,82	128,13	733,23	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
2011	19/5	Суфле из	130	19,11	15,73	17,81	291,2	

22.04.2026 16:12

	творога(творог, сметана, яйца, сахар, мука, молоко, масло раст, соль, масло слив)						
2011	Кисло-мол. напиток (Йогурт)	100	2,5	3	19	110,5	
2011	Сгущ. молоко	30	2,16	2,5	16,8	417	
2011	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,24	15,6	103,5	
Итого:		290	26,14	21,47	69,21	922,2	
Всего:			66,01	44,69	265,44	2100,43	

Калькулятор

М.О. Захарова

Повар

Н.А. Берсенева

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 352191790442986473152692261956718905753445707862

Владелец Тарабаева Ирина Евгеньевна

Действителен с 17.04.2026 по 17.04.2027