



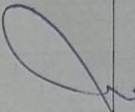
МЕНЮ
27 апреля 2026г.
10,5 часов

Сборник рецептов	№ техкарты	Наименование блюда	Выход л	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки г	Жир г	Углевод г		
ЗАВТРАК								
2011	5/4	Каша манная (крупа манная, молоко, масло сливочное, сахар, соль, вода)	180	4,7	4,59	24,75	160,2	
2011	10/10	Чай (чай, сахар, вода)	180	0,0	0,0	8,19	31,5	
2011	3/13	Бутерброд с сыром (батон, сыр)	30/10	4,9	2,9	14,0	104	
Итого:			400	9,6	7,49	46,94	295,7	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
		Сок	100			12	48	
Итого:			100			12	48	
ОБЕД								
2011	31/1	Салат из отварного картофеля с соевым отрубом (картофель отварной, огурцы сол, лук, масло раст. соль)	60	0,9	4,1	5,9	64	
2011	17/2	Суп гороховый (картофель, горох, морковь, лук, масло раст. соль, вода)	180	3,8	3,6	14,31	106,2	
2011	4/8	Плов (мясо говядины, рис, морковь, лук, соль, масло раст. вода)	130	9,62	10,71	22,46	226,72	
2011	6/10	Компот из сухофруктов, сахар, вода, витамин С)	180	0,4	0,0	16,47	64,8	
		Витаминизация 3го блюда	0,000					
		Хлеб пшеничный	5					
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,24	15,6	103,5	
		Хлеб ржаной	40	3,12	0,48	18,6	84,8	
Итого:			620	20,21	19,13	93,34	650,02	


УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

2011	2/6	Омлет(яйца,молоко,масло слив,соль)	80	7,8	10,5	1,4	131	
2011	14/1 0	Какао с молоком(какао,молоко,сахар,вода)	180	3,5	3,15	20,61	121,5	
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,24	15,6	103,5	
Итого:			290	13,67	13,89	37,61	356	
Всего:				43,48	40,51	177,89	1301,72	

Калькулятор

 М.О. Захарова

Повар

 И.С. Старикова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 352191790442986473152692261956718905753445707862

Владелец Тарабаева Ирина Евгеньевна

Действителен с 17.04.2026 по 17.04.2027