



МЕНЮ
04 мая 2026г.
10,5 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК								
2011	5/4	Каша манная(крупа манная,молоко,сахар,соль, масло сливочное)	180	4,7	4,5	24,75	160,2	
2011	10/10	Чай(чай, сахар,вода)	180	0,0	0,0	8,19	31,5	/11P
2011	1/13	Бутерброд с маслом(батон, масло сливочн)	30/10	3,9	7,7	23,5	181	
Итого:			400	8,6	12	56,44	372,7	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
		Сок	100			12	48	
Итого:			100			12	48	
ОБЕД								
2011	23/1	Салат из отварной свеклы с сол.огурц.(свекла отварная,огурцы соленые, маслс раст)	60	0,7	4,9	3,5	61	
2011	14/2	Суп овощной(капуста,картофель,морковь,лук,горошек зел,масло раст,соль,сметана)	180	1,3	4,6	7,47	78,3	
2011	14/8	Биточки из говядины(говядина,хлеб,соль,вода,масло сл)	70	9,9	9,7	4,5	145,2	/11P
2011	3/3	Карт. пюре(картофель, молоко,соль,масло сл)	150	3,1	4,2	20,6	135	
2011		Соус томатный(вода,мука, т.паста,масло сл,сахар)	50	0,27	1,8	2,62	28,07	
2011	6/10	Компот.из сух-в(сухофр,сахар,вода,витамин с)	180	0,4	0,0	16,47	64,8	
		Витаминизация 3го блюда						

		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,24	15,16	103,5	
		Хлеб ржаной	40	3,12	0,48	18,6	84,8	
Итого:			760	21,16	25,92	88,92	700,67	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
2011	43-2/3	Макароны отварные с сыром(макароны,масло сл,соль,сыр)	130	6,33	4,9	26,32	177,93	
2011	10/10	Чай(чай,сахар,вода)	180	0,0	0,0	8,19	31,5	
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,24	15,16	103,5	
Итого:			340	8,7	5,14	49,67	312,93	
Всего:				38,46	43,06	207,03	1434,43	

Калькулятор

М.О. Захарова

Повар

И.С.Старкова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 352191790442986473152692261956718905753445707862

Владелец Тарабаева Ирина Евгеньевна

Действителен с 17.04.2026 по 17.04.2027