



МЕНЮ
30 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	16/4	Каша Ассорти(рис, пшено, молоко, вода, сахар, соль, масло слив)	180	4,5	55,31	23,04	157,5	
2011	14/10	Какао с молоком(какао, молоко, сахар, вода)	180	3,51	3,15	20,61	121,5	
2011	3/13	Бутерброд с сыром(батон, сыр)	30/10	4,9	2,9	14	104	
Итого:			400	12,91	61,36	57,65	383	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
		Яблоко	100					
Итого:			100					
ОБЕД								
2011	9/2	Салат из моркови(морковь, сахар, масло раст)	60	0,7	4	6,6	64	
2011	6/2	Рассольник(картофель, морковь, лук, м асло раст, огурец, сол, перловка, вода, соль, сметана)	180	1,26	2,34	8,46	61,2	
2011	11/7	Тефтели рыбные в смет. соусе(минтай, хлеб, молоко, лук, мука, масло раст, масло слив, соль, вода)	130	11,1	6	10,7	142	
2011	3/3	Карт. пюре(картофель, молоко, масло слив, соль)	150	3,1	4,2	20,6	135	
2011	6/10	Компот. из сух- в(сухофрукты, сахар, вода, витамин С)	180	0,4	0,0	16,47	64,8	0,00
2011		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,24	15,6	103,5	
2011		Хлеб ржаной	40	3,12	0,48	18,6	84,8	
Итого:			770	22,05	17,26	97,03	654,3	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								

201 1	14/5	Запеканка.творожн.с рисом(творог,рис,вода,сахар,яйца,со ль,сухари,масло раст,сметана,масло слив)	130	18,85	12,87	23,63	291,2	
201 1		Кисло-мол.напиток	100	2,5	3	19	110,5	
201 1		Сгущ.молоко	30	2,16	2,5	16,8	417	
201 1		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,24	15,6	103,5	
Итого:			290	25,88	18,61	75,03	922,2	
Всего:				60,84	97,23	229,71	1959,5	

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