Согласовано
заведующий Попова О.Ч.

Утверждаю

Ген.директор АО "Артис-Детское питание"
АО "Артис-Детское питание" Площадка1
_____ //

МЕНЮ

16 ноября 2026 г.

АО "Артис-Детское питание"
Подразделение № 83

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа пшеничная , вода питьевая, молоко стерилизованное длительного хранения, соль йодированная, сахарный песок фасованный , масло сладко-сливочное несоленое)	200	4,5	4,5	26,4	164	0
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахарный песок фасованный , вода питьевая)	180/6	0,2		0,3	3	1,1
Итого			**416**	**7,9**	**8,6**	**33,7**	**229**	**1,1**
II Завтрак								
	435	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ (йогурт 2,5% жирности)	120	3,4	3	5,4	68	0,8
Итого			**120**	**3,4**	**3**	**5,4**	**68**	**0,8**
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,4	0,1	0,9	7	2,5
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, петрушка (зелень), укроп, сметана 15% жирности)	200/1	1,3	3,8	6,1	66	8,4
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (рыба минтай филе, молоко стерилизованное длительного хранения, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое)	80	12,4	11,4	2,5	163	0,1
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко стерилизованное длительного хранения, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	150	2,5	2,8	19	112	9,2
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (вода питьевая, яблоки, сахарный песок фасованный)	180	0,1	0,1	2,2	11	0,9
	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	40	3	1,2	20,6	105	0
Итого			**721**	**21,1**	**19,6**	**59,8**	**505**	**21,1**
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудки куринные замороженные., масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная, вода питьевая)	200	3,4	6,4	33,9	208	1,1
	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,4	0,2	8,5	41	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахарный песок фасованный , вода питьевая)	180	0,6	0,3	8,4	50	72
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная высш.сорт, сахарный песок фасованный , масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко стерилизованное длительного хранения, творог 5,0% жирности, дрожжи, соль йодированная, ванилин, масло подсолнечное рафинированое)	50	6,4	3,5	21,2	143	0
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	0
Итого			**550**	**12,2**	**10,8**	**81,8**	**489**	**73,1**
Всего				**44,6**	**42**	**180,7**	**1291**	**96,1**

Повар _____ Полякова в.А