

Утверждаю

И.О. Директора

ГБОУ СОШ скурмоч

/Мазурцева М.С./

МЕНЮ

25 сентября 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	150	3,9	5,7	16,5	134	0,5
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,4	2,5	10,4	74	0,4
2012	1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30/10	4,3	2,9	14,6	102	0,1
Итого			370	10,6	11,1	41,5	310	1
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2012	78	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, свекла, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	155	2	5,4	13,1	112	6,4
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ (говядина 5/к, батон карезной пшен. мука высш. сорт обог. микроэлементами, вода питьевая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	60	14,8	16,4	2,7	217	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,9	4	19,9	128	9,7
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленные)	30	0,2		0,5	4	1,5
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), вода питьевая, сахар песок)	150			5	20	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			545	22,5	26,2	58,2	563	17,6
Полдник								
2012	401	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир 2,5 % жирности)	180	5	4,4	7	93	0,5
2008		кондитерское изделие (пирожники заварные)	20	1,2	0,9	15	73	0
Итого			200	6,2	5,3	22	166	0,5
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	160	10,3	13,2	4,8	180	0,5
2008	441	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА (сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм))	180	0,2		11,3	47	0
2008		Икра кабачковая консервированная (икра из кабачков)	40	0,8	3,6	3,1	48	2,8
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	22	1,7	0,1	11,1	52	0
Итого			402	13	16,9	30,3	327	3,3
Всего				52,7	59,9	161,8	1413	32,4

медсестра _____ Перлова З.А.

Утверждаю

И.О. Директора
ГБОУ СОШ с.Курумоч
/Мазурцева М.С./

МЕНЮ

25 сентября 2026 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	200	5	7,1	21,5	171	0,6
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	35/12	5,9	4,2	17,6	133	0,1
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	200	2,7	2,8	12	85	0,5
Итого			447	13,6	14,1	51,1	389	1,2
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2012	78	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, свекла, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	185	2,4	8,4	15,2	148	7,3
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ (говядина б/к, батон нарезной пшенич. мука высш. сорт, обог. микронутриентами, вода питьевая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	80	16	17,4	2,6	232	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,3	4,5	22,5	144	10,9
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленные)	40	0,3		0,7	5	2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			6,8	27	0
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,4	0,4	21,2	102	0
Итого			665	25,4	30,7	69	658	20,2
Полдник								
2012	401	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир 2,5 % жирности)	200	5,6	4,9	7,8	103	0,6
2008		кондитерское изделие (пряники заварные)	40	2,4	1,9	30	146	0
Итого			240	8	6,8	37,8	249	0,6
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	170	10,3	16,3	5	208	0,5
2008	441	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА (сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм))	200	0,3	0,1	14,7	60	0
2008		Икра кабачковая консервированная (икра из кабачков)	50	0,9	4,4	3,8	60	3,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			460	14,6	21	43,6	423	4
Всего				62	73	211,3	1766	36

медсестра _____ Перова З.А.