Утверждаю

И.О.Директора
ГБОУ СОШ сКурумоч
_____ /Мазурцева

МЕНЮ

6 ноября 2026 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая 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	2,98	3,65	17,55	179,21	0,52
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ (какао, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,29	2,45	8,34	65,24	0,58
2012	1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30/10	4,3	2,9	14,6	103,01	0,06
Итого			370	9,6	8,96	40,49	347,46	1,16
		II Завтрак						
2008	442	СОК (сок виноградный)	100	0,3	0,2	16,3	70	2
Итого			100	0,3	0,2	16,3	70	2
		Обед						
2012	78	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, свекла, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	156	2,27	6,35	16,03	128,62	7,2
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ (говядина б/к, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	60	7,16	10,48	7,43	156,52	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,73	4,49	18,48	125,61	9
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	40	0,32	0,04	0,68	5,2	2
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), вода питьевая, сахар песок)	150			5,81	23,22	21
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,32	17	82,67	0
Итого			641	15,15	21,68	65,5	521,84	39,2
		Полдник						
2012	401	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир 2,5 % жирности)	180	5,22	4,5	7,2	95,4	1,26
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ (банан)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (пряники заварные)	25	0,7	0,83	20,33	88,5	0
Итого			305	6,32	5,73	37,33	230,9	11,26
		Ужин						
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	120	15,49	20,73	5,66	244,47	0,09
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	40	1,2	2,4	3,2	39	0
2012	393	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок,)	180	0,13	0,03	11,12	41,96	1,65
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	22	1,54	0,15	17,7	78,37	0
Итого			362	17,2	20,91	34,5	364,8	1,7
Всего				48,53	57,48	194,12	1535	55,36

медсестра _____ Первова З.А.

Утверждаю

И.О.Директора
ГБОУ СОШ сКурумоч
_____ /Мазурцева М.С./

МЕНЮ

6 ноября 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин 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	5,01	7,9	25,58	178,52	0,62
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ (какао, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	200	3,01	2,43	13,44	88,31	0,52
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35/12	5,12	3,43	20,83	120,11	0,08
Итого			447	13,14	13,76	59,85	386,94	1,22
		II Завтрак						
2008	442	СОК (сок виноградный)	100	0,4	0,27	22,1	94,5	2
Итого			100	0,4	0,3	22,1	95	2
		Обед						
2012	78	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, свекла, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	186	2,47	8,57	27,21	155,64	7,78
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ (говядина б/к, батон нарезной пшен.муки высш.сорт обог. микронутриентами, вода питьевая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	80	19	21,3	18,57	289,37	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,16	5,22	27,32	145,27	10,3
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	60	0,5	0,06	5,02	7,8	3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			10,74	30,96	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	50	3,4	0,4	21,2	102	0
Итого			686	28,39	35,57	110,06	729,02	21,14
		Полдник						
2012	401	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир 2,5 % жирности)	200	5,8	5	8	106	1,4
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ (банан)	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			350	10,25	7,85	66,5	385	11,4
		Ужин						
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	110	12,5	20,7	7	246	1,88
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	60	5,32	0,49	0,46	37,44	0
2012	393	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок)	200	0,06	0,01	11,84	44,76	1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40	3,05	0,25	21,07	94,73	0
Итого			410	20,9	20,5	40,4	422,9	2,94
Всего				61,14	66,25	272,42	1896,37	38,66

медсестра _____ Первова З.А.