



Утверждаю

директор

ГБОУ СОШ Скурумоч

Тиханова Е.А./

**МЕНЮ**  
**8 апреля 2025 г.**  
**Если 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                           | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                              |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                              |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 237                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА<br>(творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.),<br>масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)                                                                             | 130   | 20,1              | 13,6       | 16,8             | 273                                           | 0,4                   |
| 2012                          | 354                 | СОУС СМЕТАННЫЙ №354<br>(сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая,<br>соль йодированная)                                                                                                                                 | 50    | 0,7               | 1,7        | 3                | 37                                            | 0                     |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода<br>питьевая)                                                                                                                                | 180   | 2,9               | 2,3        | 10,2             | 74                                            | 0,5                   |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен. мука<br>высш.сорт обог. микронутриентами)                                                                                                                      | 40/5  | 3                 | 6,9        | 20,7             | 157                                           | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                              | 405   | 26,7              | 24,5       | 50,7             | 541                                           | 0,9                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                              |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          |                     | СВЕЖИЙ ФРУКТ<br>(яблоки)                                                                                                                                                                                                                     | 100   | 0,4               | 0,4        | 9,8              | 47                                            | 10                    |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                              | 100   | 0,4               | 0,4        | 9,8              | 47                                            | 10                    |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                              |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 85                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ<br>(мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца<br>куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель,<br>морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)                 | 200   | 3,7               | 5,1        | 20               | 142                                           | 3,7                   |
| 2008                          | 259                 | ПОДЛИВКА ИЗ ПЕЧЕНИ<br>(говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый,<br>томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, морковь)                                                                                                | 50    | 0,6               | 3,7        | 4,1              | 54                                            | 1,2                   |
| 2008                          | 181                 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-<br>сливочное несоленое)                                                                                                                        | 130   | 3,6               | 4,7        | 25,7             | 160                                           | 0                     |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ<br>(лимон, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                                      | 200   | 0,2               |            | 25,7             | 105                                           | 13                    |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                                        | 40    | 2,6               | 0,4        | 17               | 82                                            | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                              | 620   | 10,7              | 13,9       | 92,5             | 543                                           | 17,9                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                              |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 451                 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ<br>(мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное<br>несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, картофель,<br>лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные<br>(шт.)) | 100   | 5,2               | 2,6        | 30,6             | 166                                           | 4,08                  |
| 2008                          | 435                 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ<br>(кефир 2,5 % жирности)                                                                                                                                                                                              | 180   | 5,4               | 0,2        | 7,2              | 56                                            | 1,8                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                              | 280   | 10,6              | 2,8        | 37,8             | 222                                           | 5,88                  |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                              |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          | 113                 | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ<br>(крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, вода<br>питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)                                                                                             | 250   | 3,5               | 4,8        | 8,8              | 94                                            | 0,6                   |
| 2008                          | 441                 | НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА<br>(виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                    | 180   | 0,2               |            | 11,8             | 49                                            | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшенич. формовой мука высш.сорт)                                                                                                                                                                                     | 55    |                   |            |                  |                                               | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                              | 485   | 3,7               | 4,8        | 20,6             | 143                                           | 0,6                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                              |       | 52,1              | 46,4       | 211,4            | 1496                                          | 35,28                 |

медсестра

*З.П.*

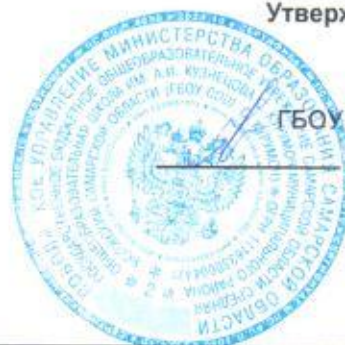
Первова З.А.

Утверждаю

директор

ГБОУ СОШ Скурумоч

Тиханова Е.А./



# МЕНЮ

8 апреля 2025 г.  
Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                            | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                               |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                               |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 237                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА<br>(творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.),<br>масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)                                                                              | 150   | 22,5              | 15         | 19,4             | 307                                                | 0,5                   |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода<br>питьевая)                                                                                                                                 | 200   | 3                 | 2,4        | 13,6             | 88                                                 | 0,5                   |
| 2012                          | 354                 | СОУС СМЕТАННЫЙ №354<br>(сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая,<br>соль йодированная)                                                                                                                                 | 50    | 0,9               | 2,9        | 3,2              | 52                                                 | 0                     |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(масло сладко-сливочное несоленое, батон простой)                                                                                                                                                                       | 35/5  | 2,8               | 4,6        | 17,2             | 121                                                | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                               | 440   | 29,2              | 24,9       | 53,4             | 568                                                | 1                     |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                               |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          |                     | СВЕЖИЙ ФРУКТ<br>(яблоки)                                                                                                                                                                                                                      | 100   | 0,4               | 0,4        | 9,8              | 47                                                 | 10                    |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                               | 100   | 0,4               | 0,4        | 9,8              | 47                                                 | 10                    |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                               |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 85                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ<br>(мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца<br>куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель,<br>морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)                 | 200   | 3,5               | 4,5        | 20,1             | 135                                                | 3,7                   |
| 2008                          | 259                 | ПОДЛИВКА ИЗ ПЕЧЕНИ<br>(говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый,<br>томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, морковь)                                                                                                | 60    | 0,9               | 4,3        | 4,8              | 62                                                 | 1,4                   |
| 2008                          | 181                 | КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-<br>сливочное несоленое)                                                                                                                         | 150   | 4,1               | 5,2        | 29,7             | 182                                                | 0                     |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ<br>(лимон, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                                       | 200   | 0,2               |            | 25,7             | 105                                                | 13                    |
| 2012                          | 116                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн. формовой мука 2 сорт)                                                                                                                                                                                        | 22    | 1,8               | 0,2        | 21               | 93                                                 | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                                                  | 55    | 3,6               | 0,5        | 23,3             | 112                                                | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                               | 687   | 14,1              | 14,7       | 124,6            | 689                                                | 18,1                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                               |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 451                 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ<br>(мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное<br>несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, картофель,<br>лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные<br>(шт.)) | 100   | 5,1               | 2,5        | 30               | 163                                                | 4                     |
| 2008                          | 435                 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ<br>(ряженка 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                              | 220   | 6,6               | 2,2        | 9,2              | 88                                                 | 1,1                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                               | 320   | 11,7              | 4,7        | 39,2             | 251                                                | 5,1                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                               |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 113                 | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ<br>(крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, вода<br>питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)                                                                                              | 250   | 3,5               | 4,6        | 8,7              | 91                                                 | 0,6                   |
| 2003                          | 441                 | НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА<br>(виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                     | 200   | 0,2               | 0,1        | 13,2             | 55                                                 | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)                                                                                                                                                                                    | 55    |                   |            |                  |                                                    | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                               | 505   | 3,7               | 4,7        | 21,9             | 146                                                | 0,6                   |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                               |       | 59,1              | 49,4       | 248,9            | 1701                                               | 34,8                  |

медсестра

30-4

Первова З.А.