



Утверждаю

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

МЕНЮ

11 сентября 2026 г.
Ясли 12 часов

Сбор- щик 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	3,3	4,7	12,8	108	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	180	2,6	2,3	22,3	121	0,9
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	10,2	9,9	49,7	331	1,4
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок виноградный)	100	0,3	0,2	17,4	75	0,9
Итого			100	0,3	0,2	17,4	75	0,9
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	5,3	13,2	110	6,4
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ (говядина Б/ч, батон нарезной пшан. мука высш. сорт, обог. микронутриентами, вода питьевая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	60	12,4	13,8	4,1	190	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,3	3,7	15,6	105	7,6
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленные)	40	0,3		0,7	5	2
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ ФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), вода питьевая, сахар песок)	150			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			555	19,6	23,2	55,5	511	16
Полдник								
2012	401	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир 2,5 % жирности)	180	5	4,4	7	93	0,5
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ (банан)	100	1,5	0,5	20	91	3,9
2008		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (пряники заварные)	25	1,5	1,2	18,8	92	0
Итого			305	8	6,1	45,8	276	4,4
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко- сливочное несоленое)	110	10,6	17,5	2	208	0
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) (кукуруза консервы, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	40	1,2	2,5	3,3	40	1,5
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,1		7	29	1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. (формовой) мука высш. сорт)	22	1,7	0,1	11	52	0
Итого			352	13,6	20,1	23,3	329	2,5
Всего				51,7	59,5	191,7	1522	25,2

медсестра

Handwritten signature

Первова З.А.



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

МЕНЮ
11 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 высшего сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	200	5	8	21,5	179	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	2,9	2,5	24,8	134	1
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, хлеб пшеницы формовой мука высшего сорт)	35/12	5,9	4,2	17,6	133	0,1
Итого			447	13,8	14,7	63,9	446	1,7
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок виноградный)	100	0,4	0,3	22,1	95	1,1
Итого			100	0,4	0,3	22,1	95	1,1
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	15,2	144	7,3
2008	282	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ (говядина б/к, батон нарезной пшеницы высшего сорта обог. микроэлементами, вода питьевая, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	80	19,1	21,3	5,5	290	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	130	2,7	4,5	18,5	126	9
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленные)	60	0,5	0,1	1	8	3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180			6,9	28	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,4	0,4	21,2	102	0
Итого			685	28,1	34,3	68,3	698	19,3
Полдник								
2012	401	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (вафли 2,5 % жирности)	200	5,6	4,9	7,8	103	0,6
2008		кондитерское изделие (вафли с фруктово-ягодной начинкой)	50	1,4	1,7	38,7	177	0
2008		свежий фрукт (банан)	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			350	8,5	7,1	67,5	376	10,6
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое)	130	12,5	20,7	2,4	246	0
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (консервированной) (кукуруза консервы, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	40	1,2	2,3	3,2	38	1,5
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	200	0,1		10,9	45	1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука высшего сорта)	40	3,1	0,2	20,1	95	0
Итого			410	16,9	23,2	36,6	424	2,5
Всего				67,7	79,6	258,4	2039	35,2

медсестра

С.А.

Первова З.А.