



МЕНЮ

11 августа 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕС МОЛОЧНАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	5,7	8,1	21,3	182	0,4
		КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	185	3,7	3,5	9,5	86	0,5
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничный формовой мука высш сорт)	30/4	2,2	4,3	14,6	106	0
Итого			369	11,6	15,9	45,4	374	0,9
II Завтрак								
2012	399	СОК (сок яблочный)	100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Итого			100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	150	2,3	5,2	10,1	95	3,9
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО МЯСА (бройлеры цыплята петрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	55	9,4	16,3	5,6	207	1,8
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко- сливочное несоленое)	110	2,3	4,3	24,8	148	0
2008	50	СВЕКОЛЬНЫЕ ПАЛОЧКИ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	65	0,7	5	4,2	65	2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	150			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			570	17,3	31,2	66,6	616	7,7
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр. вода питьевая)	180			11,5	46	0
		кондитерское изделие (пряники заварные)	30	1,8	1,4	22,5	110	0
Итого			210	1,8	1,4	34	156	0
Ужин								
2012	238	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, морковь, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное)	175	21,3	16,7	24,9	338	1,5
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, сахар песок)	45	0,8	1,6	8,7	56	0
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180	0,1		5,1	21	1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука 2 сорт)	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			420	23,9	18,5	58,4	502	2,5
Всего				55,1	67,1	214,2	1690	11,9

медсестра

Первова З.А.



Утверждаю

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

МЕНЮ

11 августа 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕС МОЛОЧНАЯ (весные хлопья "геркулес", молоко пастер. 3.2% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	180	7,3	9,9	28,7	234	0,7
	ТК№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	200	3,9	3,2	12,7	96	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеницы формовой мука высш. сорт)	35/5	2,7	4,3	17,6	120	0
Итого			420	13,9	17,4	59	450	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок яблочный)	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло сладко- сливочное несоленое, вода питьевая)	180	6,1	3,5	18,8	131	4,1
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО МЯСА (бройлеры целыята потрош. 1 категории, масло подсолнечное, рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная, высш. сорт, морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	65	12,1	15,5	4	207	1,8
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко- сливочное несоленое)	130	3,2	2,9	33,7	174	0
2008	50	СВЕКОЛЬНЫЕ ПАЛОЧКИ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,7	4	4,1	56	1,9
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			6,7	27	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			685	25,4	26,3	88,5	697	7,8
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., вода питьевая)	200			11,5	46	0
		кондитерское изделие (печенье сахарное мука высш. сорт)	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			250	3,8	4,9	48,7	255	0
Ужин								
2012	238	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ (творог 5.0% жирности, крупа манная, сахар песок, морковь, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3.2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	170	23,4	15,9	24,4	338	1,5
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сахар песок)	50	0,7	1,8	4,7	45	0
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, лимон)	180			7	28	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеницы формовой мука 2 сорт)	25	2,1	0,2	24,6	109	0
Итого			425	26,2	17,9	60,7	520	2
Всего				69,8	66,6	266,8	1965	13,1

медсестра

Первова З.А.