

Утверждаю

директор

ГБОУ СОШ с Курдюмов
/Тиханова Е.А.

МЕНЮ

16 октября 2025 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	94	СУП КУКУРУЗНЫЙ МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, кукуруза, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	4,1	5,5	14,3	124	0,9
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	3,7	3,9	11,2	96	0,6
2012	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой муки высш. сорт)	30/4	2,3	3,6	15,1	102	0
Итого			394	10,1	13	40,6	322	1,5
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								
2012	73	РАССОЛЬНИК НА М/К/Б СО СМЕТ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая, сметана 15% жирности)	180/5	3,3	7,4	11,9	131	6,3
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	60	0,7	2,3	4,7	44	6,2
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.))	130	9,2	12,6	6,6	178	0,3
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая)	200	0,2	0,1	13,2	55	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой муки высш. сорт)	18	1,4	0,1	9,2	43	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничн. обог. микроэлементами)	40	2,6	0,3	17	82	0
Итого			633	17,4	22,8	62,6	533	12,8
Полдник								
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ряженка 2,5% жирности)	180	5,2	4,5	7,6	97	0,5
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	50	4	10,4	29,9	230	0
Итого			230	9,2	14,9	37,5	327	0,5
Ужин								
2008	95	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)	180	2	2,6	11,1	76	5,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,2		10,9	45	0
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой муки высш. сорт)	17	2,1	0,2	13,8	65	0
Итого			377	4,3	2,8	35,8	186	5,7
Всего				41,5	53,6	186,4	1411	22,5

медсестра

Перова З.А.

Утверждаю

директор

ГБОУ СОШ с.Курумоч

Тиханова Е.А.

МЕНЮ

16 октября 2025 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	94	СУП КУКУРУЗНЫЙ МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, кукуруза, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	4,5	5,7	16	135	0,9
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок)	200	3,6	3,9	12,3	100	0,6
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)	35/5	2,7	4,3	17,6	120	0
Итого			440	10,8	13,9	45,9	355	1,5
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок яблочный)	100	0,5	0,1	10,1	43	2
Итого			100	0,5	0,1	10,1	43	2
Обед								
2012	73	РАССОЛЬНИК НА М/К/Б СО СМЕТ (говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая, сметана 15% жирности)	200/6	3,6	7,8	13,3	141	6,9
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, соль йодированная)	80	1	3,2	6,2	58	8,2
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (говядина 1 категории, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, морковь, томатная паста, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш. сорт)	150	12,9	18,7	15,3	282	1,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая)	200	0,2	0,1	13,2	55	0
	ТК №004	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)	22	1,7	0,1	11,1	52	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	47	3,1	0,4	19,9	96	0
Итого			705	22,5	30,3	79	684	16,8
Полдник								
2008		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (ряженка 2,5% жирности)	200	5,8	5	8,4	108	0,6
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	60	4,5	7,7	35,7	230	0
Итого			260	10,3	12,7	44,1	338	0,6
Ужин								
2008	95	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)	200	2,4	2,6	12,7	85	6,6
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая)	200	0,2	0,1	13,2	55	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич. формовой мука высш. сорт)	22	1,7	0,1	11,1	52	0
Итого			422	4,3	2,8	37	192	6,6
Всего				48,4	59,8	216,1	1612	27,5

медсестра

Первова З.А.