



Утверждаю

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

## МЕНЮ

17 февраля 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	237	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b> (творог 5.0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3.2% жирности)	170	27,5	18,7	23,5	379	0,5
2012	395	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b> (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, вода питьевая)	200	3	2,4	13,6	88	0,5
2012	354	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ №354</b> (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	50	0,9	2,9	3,2	52	0
2008	1	<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b> (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	35/5	2,7	4,4	17,6	121	0
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>34,1</b>	<b>28,4</b>	<b>57,9</b>	<b>640</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК</b> (сок виноградный)	135	0,4	0,3	22	95	2,7
<b>Итого</b>			<b>135</b>	<b>0,4</b>	<b>0,3</b>	<b>22</b>	<b>95</b>	<b>2,7</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ</b> (мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	200	3,8	4,5	22,8	149	5,1
2008	259	<b>ПОДЛИВКА ИЗ ПЕЧЕНИ</b> (масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, говяжья печень)	70	12,3	10,6	5,6	182	10,3
2008	324	<b>КАША ПШЕНИЧНАЯ</b> (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	150	4	4,6	25,2	157	0
2012		<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ</b> (морковь, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок)	60	0,7	5,1	6,9	78	2,9
2008	436	<b>НАПИТОК ЛИМОННЫЙ</b> (лимон, вода питьевая, сахар песок)	200	0,2		25,7	105	13
2008		<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,7	0,4	17,2	83	0
<b>Итого</b>			<b>720</b>	<b>23,7</b>	<b>25,2</b>	<b>103,4</b>	<b>754</b>	<b>31,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	<b>КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ</b> (кефир 2.5 % жирности)	200	5,8	5	8	106	1,4
2008		<b>КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ</b> (печенье сахарное мука высш. сорт)	50	3,8	4,9	37,2	209	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>9,6</b>	<b>9,9</b>	<b>45,2</b>	<b>315</b>	<b>1,4</b>
<b>Ужин</b>								
2012	94	<b>СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ</b> (молоко пастер. 3.2% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	200	5,2	7,4	19,4	167	0,6
2008	441	<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b> (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	200	0,7	0,3	28,8	133	80
2008		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> (хлеб пшеничн. формовой мука 2 сорт)	40	3,4	0,3	39,3	174	0
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>9,3</b>	<b>8</b>	<b>87,5</b>	<b>474</b>	<b>80,6</b>
<b>Всего</b>				<b>77,1</b>	<b>71,8</b>	<b>316</b>	<b>2278</b>	<b>117</b>

медсестра \_\_\_\_\_

Перова З.А.



Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**17 февраля 2026 г.**  
**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	237	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b> (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	140	20,3	14	14,5	269	0,4
2012	354	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ №354</b> (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	50	0,7	1,8	3	37	0
2012	395	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b> (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,9	2,3	10,5	75	0,5
2012	3	<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b> (масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	40/5	3	5,7	19,6	142	0
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>26,9</b>	<b>23,8</b>	<b>47,6</b>	<b>523</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК</b> (сок яблочный)	100	0,5	0,1	10,1	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ</b> (мука пшеничная высш. сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	150	2,4	4,5	12,5	99	2,7
2008	259	<b>ПОДЛИВКА ИЗ ПЕЧЕНИ</b> (масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, морковь, говяжья печень)	60	10,2	6,2	3,4	123	8,5
2008	181	<b>КАША ПШЕНИЧНАЯ</b> (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	120	4,1	4,3	24,3	152	0
2012		<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ</b> (морковь, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,6	2,8	3,2	41	1
2008	436	<b>НАПИТОК ЛИМОННЫЙ</b> (лимон, вода питьевая, сахар песок)	180	0,2		23,1	95	11,7
		<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обогр. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>20,1</b>	<b>18,2</b>	<b>83,5</b>	<b>592</b>	<b>23,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008		<b>КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ</b> (вафли с фруктово-ягодной начинками)	35	1	1,2	27,2	125	0
2008	435	<b>КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ</b> (кефир 2,5 % жирности)	180	5,4	0,2	7,2	56	1,8
<b>Итого</b>			<b>215</b>	<b>6,4</b>	<b>1,4</b>	<b>34,4</b>	<b>181</b>	<b>1,8</b>
<b>Ужин</b>								
2012	94	<b>СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ</b> (молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	180	4,5	6,8	16,4	146	0,6
2008	441	<b>НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА</b> (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,6	0,3	26	120	72,4
2008		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b> (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	25	1,9	0,2	12,7	60	0
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>7</b>	<b>7,3</b>	<b>55,1</b>	<b>326</b>	<b>73</b>
<b>Всего</b>				<b>60,9</b>	<b>50,8</b>	<b>230,7</b>	<b>1665</b>	<b>101,6</b>

медсестра

*Зиссер*

Первова З.А.