

Утверждаю

директор

ГБОУ СОШ скуримон

Тиханова Е.А.

МЕНЮ

21 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	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог 5,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.) масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	130	20,2	14	16,6	277	0,4
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш сорт, вода питьевая, соль йодированная)	50	0,7	1,8	2,9	37	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3	2,3	10,5	75	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшан мука высш сорт обог. микроэлементами)	40/5	3	6,8	20,7	156	0
Итого			405	26,9	24,9	50,7	545	0,9
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	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (мука пшеничная высш сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), вода питьевая, соль йодированная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	200	3,4	4,5	20,1	135	3,7
2008	259	ПОДЛИВКА ИЗ ПЕЧЕНИ (масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш сорт, морковь, говяжья печень)	50	0,7	3,6	3,8	51	1,2
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа перловая, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко- сливочное несоленое)	130	3,6	4,6	25,7	159	0
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, лимонная кислота, вода питьевая, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное)	100	1,4	5,4	8,8	90	14,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	200	0,6	0,1	31,7	131	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			720	12,3	18,6	107,1	648	19,1
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ (мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.))	100	5,1	2,5	30	163	4
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (кефир 2,5 % жирности)	180	5,4	0,2	7,2	56	1,8
Итого			280	10,5	2,7	37,2	219	5,8
Ужин								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко- сливочное несоленое, сахар песок, крупа гречневая ядрица)	250	3,5	4,6	8,9	93	0,6
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10
2008	441	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая)	180	0,2		11,8	49	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный формовой мука высш сорт)	55					0
Итого			585	4,1	5	30,5	189	10,6
Всего				54,3	51,3	235,6	1644	38,4

медсестра

Первова З.А.



директор

ГБОУ СОШ сКурчумоч

Тиханова Е.А. /

21 октября 2025 г.

Сад 12 часов

медсестра

Первова З.А.