



директор  
ГБОУ СОШ с. Курумоч  
Иванова Е.А.

# МЕНЮ

29 мая 2025 г.  
Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 94                  | СУП КУКУРУЗНЫЙ МОЛОЧНЫЙ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, кукуруза, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                 | 180   | 4,1               | 5,2        | 14,5             | 122                                                | 0,9                   |
| 2012                          | 2                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ<br>(масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеница высшего сорта, обог. микроэлементами)                                                                                                             | 30/4  | 2,3               | 4          | 15,4             | 107                                                | 0                     |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)                                                                                                                                      | 180   | 3,7               | 3,9        | 11,5             | 98                                                 | 0,6                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   | 394   | 10,1              | 13,1       | 41,4             | 327                                                | 1,5                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК<br>(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<br>(говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, огурцы, соевые, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая, сметана 15% жирности) | 180/5 | 3,3               | 6,7        | 11,8             | 125                                                | 6,3                   |
| 2008                          | 285                 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ<br>(говядина б/к, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.))                                                | 130   | 12,3              | 15,5       | 7,9              | 223                                                | 0,3                   |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ<br>(лимон, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                           | 200   | 0,2               |            | 25,7             | 105                                                | 13                    |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)                                                                                                                                                  | 40    | 2,6               | 0,3        | 17               | 82                                                 | 0                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)                                                                                                                                                                    | 18    | 1,4               | 0,1        | 9,1              | 43                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   | 573   | 19,8              | 22,6       | 71,5             | 578                                                | 19,6                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 464                 | ВИТУШКА<br>(мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)                                         | 50    | 3,7               | 2,1        | 27,1             | 144                                                | 0                     |
| 2008                          | 435                 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ<br>(ряженка 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                  | 170   | 4,9               | 4,3        | 7,1              | 92                                                 | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   | 220   | 8,6               | 6,4        | 34,2             | 236                                                | 0,5                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 95                  | СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)                                                                                           | 180   | 2,1               | 2,8        | 11,6             | 81                                                 | 5,9                   |
| 2008                          | 441                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА<br>(шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                       | 200   | 0,7               | 0,3        | 24,4             | 103                                                | 200                   |
| 2012                          | 115                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшеничный формовой мука высшего сорта)                                                                                                                                                                    | 17    | 2                 | 0,2        | 13,7             | 65                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   | 397   | 4,8               | 3,3        | 49,7             | 249                                                | 205,9                 |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                   |       | 43,8              | 45,5       | 206,7            | 1433                                               | 229,5                 |

медсестра

*Зю-8*

Первова З.А.

Утверждаю



директор  
Ш. С. Курумоч  
Ханова Е. А.

# МЕНЮ

29 мая 2025 г.  
Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                          | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          |                     | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ<br>(масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшени. мука<br>высш сорт обог. микронутриентами)                                                                                                                   | 35/5  | 2,6               | 5,2        | 18               | 130                                                | 0                     |
| 2012                          | 94                  | СУП КУКУРУЗНЫЙ МОЛОЧНЫЙ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, кукуруза, сахар песок,<br>масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                        | 200   | 4,5               | 5,8        | 15,9             | 135                                                | 0,9                   |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ<br>(какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар<br>песок)                                                                                                                                             | 200   | 3,6               | 3,8        | 12,3             | 100                                                | 0,7                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             | 440   | 10,7              | 14,8       | 46,2             | 365                                                | 1,5                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК<br>(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<br>(говядина 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, огурцы<br>соленые, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-<br>сливочное несоленое, томатная паста, вода питьевая, сметана 15%<br>жирности) | 200/6 | 3,6               | 7,9        | 13,3             | 141                                                | 6,9                   |
| 2008                          | 285                 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ<br>(говядина 1 категории, вода питьевая, крупа рисовая, лук репчатый,<br>масло подсолнечное рафинированное, морковь, томатная паста, яйца<br>куриные (шт.), мука пшеничная высш сорт)                           | 150   | 12,9              | 18,7       | 15,3             | 281                                                | 1,7                   |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ<br>(лимон, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                                     | 200   | 0,2               |            | 25,7             | 105                                                | 13                    |
|                               | TK<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                           | 47    | 3,1               | 0,4        | 19,9             | 96                                                 | 0                     |
|                               | TK<br>№004          | Хлеб пшеничный<br>(хлеб пшенич. формовой мука высш сорт)                                                                                                                                                                                    | 22    | 1,7               | 0,1        | 11               | 52                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             | 625   | 21,5              | 27,1       | 85,2             | 675                                                | 21,6                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 464                 | ВИТУШКА<br>(мука пшеничная высш сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное<br>несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.),<br>соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)                                                 | 50    | 3,6               | 2,1        | 26,6             | 141                                                | 0                     |
| 2008                          |                     | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ<br>(ряженка 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                            | 180   | 5,2               | 4,5        | 7,6              | 97                                                 | 0,5                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             | 230   | 8,8               | 6,6        | 34,2             | 238                                                | 0,5                   |
| Ужин                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 95                  | СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло<br>сладко-сливочное несоленое, вода питьевая)                                                                                                  | 200   | 2,5               | 2,7        | 13               | 87                                                 | 6,7                   |
| 2008                          | 441                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА<br>(шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)                                                                                                                                                                 | 200   | 0,7               | 0,3        | 24,4             | 103                                                | 200                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ<br>(хлеб пшенич. формовой мука высш сорт)                                                                                                                                                                                    | 22    | 1,7               | 0,1        | 11               | 52                                                 | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             | 422   | 4,9               | 3,1        | 48,4             | 242                                                | 206,7                 |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                             |       | 46,4              | 51,7       | 224,1            | 1563                                               | 232,3                 |

медсестра

Первова З.А.