

Утверждаю

старший воспитатель дс Радуга

ГБОУ СОШ № 14

/Галушко О.К./

МЕНЮ

4 сентября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,7	4,6	24,4	169,6	0,9
		САХАР ПЕСОК	4 / 4	0	0	3,6	14,4	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	170 / 170	4,5	4,1	8	91,8	0,9
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	0	0	0,0	0
		ПШЕНО	20 / 20	2,2	0,5	12,8	63,4	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	0,3	0,2	7,4	31,9	0
		САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
		КАКАО-ПОРОШОК	1,2 / 1,2	0,3	0,2	0,1	3,2	0
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,0	77,7	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30 / 30	2,3	0,9	15	77,7	0
2012		МАСЛО НА БУТЕРБРОД	5		3,9		33,7	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	3,9	0	33,7	0
				9,3	9,6	46,8	312,9	0,9
Обед								
		СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИН. Б-НЕ.	200	4,6	5,2	25,1	158,0	2,9
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	14,06 / 11,25	0,1	0	0,7	3,5	0,2
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,5 / 2,5	0	2	0	14,9	0
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144 / 144	0	0	0	0,0	0
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	30 / 30	3	0,4	19,1	90,2	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,4 / 0,4	0	0	0	0,0	0
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,16 шт. / 6,56	0,8	0,8	0	9,3	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	40 / 30	0,6	0,1	4,7	20,8	2,4
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		УКРОП СВЕЖИЙ	1,5 / 1,5	0	0	0	0,0	0
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ	80/30	10,3	10,1	12,5	176,2	1,6
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8 / 2,8	0	2,6	0	22,7	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13 / 10,92	0,2	0	0,8	4,1	0,4
		МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕН.	80 / 44,8	8	6,8	0	88,7	0,4
		ПАСТА ТОМАТНАЯ	4 / 4	0,2	0	0,7	3,7	0,7
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт. / 5	0,6	0,6	0	7,1	0
		РИС	13 / 13	0,9	0,1	8,7	39,0	0
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3 / 3	0,3	0	1,9	9,0	0
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	7,5 / 6	0,1	0	0,4	1,9	0,1
		СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	130	2,4	4,0	13,1	93,0	6,4
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,2 / 2,2	0	1,7	0	13,1	0
		СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	187,5 / 180	2,2	0,2	12	56,7	6
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2,2	0	2,1	0	17,8	0
		ЧЕСНОК	2 / 1,7	0,1	0	0,5	2,3	0,1
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,2	0,2	10,8	45,4	1,6
		ЯБЛОКИ	45 / 39,6	0,2	0,2	3,5	16,7	2,5

САХАР ПЕСОК		8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,1	0,4	19,3	91,8	0
	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50 / 50	3,1	0,4	19,3	91,8	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	11,4	53,3	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25 / 25	1,8	0,2	11,4	53,3	0
			22,4	20,1	92,2	617,7	13,4
Полдник							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,8	0,2	13,8	62,1	1,2
	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150 / 150	0,8	0,2	13,8	62,1	1,2
			0,8	0,2	13,8	62,1	14,6
Ужин 1							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	110/30	20,6	14,6	32,4	334,2	0,4
	ТВОРОГ	100 / 100	17,4	8,5	2,7	152,1	0,2
	СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,7 / 0,7	0	0	0	0,0	0
	КРУПА МАННАЯ	8 / 8	0,8	0,1	5,1	23,7	0
	САХАР ПЕСОК	5 / 5	0	0	4,6	18,0	0
	ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт. / 10	1,2	1,1	0,1	14,1	0
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,5 / 2,5	0	2	0	16,8	0
	МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
	ВАНИЛИН	1 / 1	0	0	0	0,0	0
	МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
	ПОВИДЛО	30 / 30	0,1	0	18	71,7	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	11,4	53,3	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25 / 25	1,8	0,2	11,4	53,3	0
	КИСЕЛЬ .	180			13,0	51,6	0
	КИСЕЛЬ СУХОЙ	18 / 18	0	0	13	51,6	0
			22,4	14,8	56,8	439,1	15,0

Утверждаю

старший воспитатель дс Радуга
ГБОУ СОШ № 14
Галушко О.К.

МЕНЮ
4 сентября 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,5	3,7	20,4	138,1	0,7
		САХАР ПЕСОК	3 / 3	0	0	2,7	10,8	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	0	0	0,0	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	130 / 130	3,5	3,2	6,1	70,2	0,7
		ПШЕНО	18 / 18	2	0,5	11,6	57,1	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,2	0,2	6,5	27,7	0
		САХАР ПЕСОК	7 / 7	0	0	6,4	25,1	0
		КАКАО-ПОРОШОК	1 / 1	0,2	0,2	0,1	2,6	0
		БАТОН	20	1,6	0,2	9,8	47,6	0
		БАТОН ПРОСТОЙ	20 / 20	1,6	0,2	9,8	47,6	0
2012		МАСЛО НА БУТЕРБРОД	5		3,9		33,7	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	3,9	0	33,7	0
				7,3	8,0	36,7	247,1	0,7
Обед								
		СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИН. Б-НЕ.	150	3,9	4,2	18,5	121,3	2,9
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10 / 8	0,1	0	0,5	2,5	0,2
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8 / 6,72	0,1	0	0,5	2,5	0,3
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108 / 108	0	0	0	0,0	0
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	20 / 20	2,1	0,3	12,7	60,1	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,3 / 0,3	0	0	0	0,0	0
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт. / 8	1	0,8	0,1	11,3	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	40 / 30	0,6	0,1	4,7	20,8	2,4
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5 / 1,5	0	1,4	0	12,2	0
		УКРОП СВЕЖИЙ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ	60/20	8,7	8,4	10,0	145,9	1,2
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕН.	70 / 39,2	6,9	5,9	0	77,6	0,3
		ПАСТА ТОМАТНАЯ	3 / 3	0,1	0	0,5	2,8	0,6
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт. / 4	0,5	0,5	0	5,7	0
		РИС	10 / 10	0,7	0,1	6,7	30,0	0
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	6 / 4,8	0,1	0	0,3	1,5	0
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3 / 3	0,3	0	1,9	9,0	0
		СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	110	1,9	3,6	10,4	77,2	5,1
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
		СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	150 / 120	1,7	0,1	9,6	45,4	4,8
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8 / 6,72	0,1	0	0,5	2,5	0,3
		ЧЕСНОК	1 / 0,85	0,1	0	0,3	1,2	0
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	9,5	40,0	1,4
		ЯБЛОКИ	40 / 35,2	0,1	0,1	3,1	14,9	2,2
		САХАР ПЕСОК	7 / 7	0	0	6,4	25,1	0

0	73,4	15,5	0,4	2,5	40	ХЛЕБ РЖАНОЙ		
0	73,4	15,5	0,4	2,5	40 / 40	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ		
0	42,7	9,1	0,1	1,4	20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		
0	42,7	9,1	0,1	1,4	20 / 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		
0	114,1	2,1	6,4	13	75 / 75	ТВОРОГ		0,2
0	0,0	0	0	0	0,7 / 0,7	СОЛЬ ПИЩЕВАЯ		0
0	17,7	3,8	0,1	0,6	6 / 6	КРЫЛА МАЙНАЯ		0
0	14,4	3,6	0	0	4 / 4	САХАР ПЕСОК		0
0	16,9	0,1	1,3	1,4	0,3 см / 12	ЯЙЦА КУРНЫЕ (шт.)		0
0	13,5	0	1,6	0	2 / 2	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		0
0	8,1	0	0,9	0	1 / 1	МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ		0
0	0,0	0	0	0	1 / 1	ВАНИЛИН		0
0,2	16,2	1,4	0,8	0,8	30 / 30	МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ		0
0	47,8	12	0	0,1	20 / 20	ПОВИДЛО		0
0	42,7	9,1	0,1	1,4	20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		0
0	42,7	9,1	0,1	1,4	20 / 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		0
0	43,0	10,8			150	КИСЕЛЬ		0
0	0,0	0	0	0	139,5 / 139,5	ВОДА ПИТЬЕВАЯ		0
0	43,0	10,8	0	0	15 / 15	КИСЕЛЬ СУХОЙ		0
0,4	248,7	23,0	11,1	15,9	90 / 20	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		0,4
Ужин 1								
1,2	62,1	13,8	0,2	0,8	150	СОК ФРУКТОВЫЙ		1,2
1,2	62,1	13,8	0,2	0,8	150 / 150	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ		1,2
Полдник								
0	73,4	15,5	0,4	2,5	40	ХЛЕБ РЖАНОЙ		0
0	42,7	9,1	0,1	1,4	20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		0
0	42,7	9,1	0,1	1,4	20 / 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		0
11,3	500,5	73,0	16,8	18,5				