

Утверждаю

старший воспитатель СПДС Радуга

ГБОУ СОШ № 14

Галушко, О.К./

МЕНЮ

17 июня 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,4	8,3	23,5	196,2	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	3,9	0	33,7	0
		КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20 / 20	1,9	0,3	11,9	56,3	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,6	4,2	15,4	122,0	0,9
		КАКАО-ПОРОШОК	0,6 / 0,6	0,1	0,1	0,1	1,5	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	170 / 170	4,5	4,1	8	91,8	0,9
		САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	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		СЫР	10	2,1	2,3		32,9	0
		СЫР РОССИЙСКИЙ	10,349 / 10,05	2,1	2,3	0	32,9	0
				15,4	15,7	53,9	428,8	1,8
Обед								
		СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА КУРИН.Б-НЕ.	200	2,0	4,8	13,4	102,1	3,4
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,558 / 2,558	0	2	0	17,2	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	16 / 12	0,2	0	0,7	3,8	0,2
		ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ	10 / 10	1	0,1	6,5	30,4	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8 / 2,8	0	2,6	0	22,7	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	60 / 36	0,7	0,1	5,6	24,9	2,9
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	70	10,1	9,9	6,1	147,3	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	10 / 10	0,8	0,1	4,6	21,3	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	20 / 20	0,6	0,5	0,9	10,8	0,1
		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.	80 / 44,8	8	6,8	0	88,7	0,4
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт. / 5,11	0,6	0,6	0	7,2	0
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,4	3,9	20,8	125,1	9,8
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	200 / 120	2,3	0,5	18,9	83,2	9,6
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,023 / 3,02	0	2,4	0	20,3	0
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	9,8	40,6	1,1
		ЯБЛОКИ	32 / 28,16	0,1	0,1	2,5	11,9	1,8
		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	20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	20 / 20	1,4	0,1	9,1	42,7	0

		САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	2,0	3,1	36,0	15,3
		КАПУСТА КВАШЕНАЯ	48,6 / 48,6	0,9	0	1,5	11,2	14,6
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8 / 6,72	0,1	0	0,6	2,8	0,7
		САХАР ПЕСОК	1 / 1	0	0	1	4,0	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	2	0	18,0	0
				21,1	21,2	81,6	585,6	32,2
Полдник								
		ЯБЛОКО	106	0,4	0,4	10,4	49,8	10,6
		ЯБЛОКИ	106 / 106	0,4	0,4	10,4	49,8	17
				0,4	0,4	10,4	49,8	42,8
Ужин 1								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	110/30	20,6	13,8	29,4	314,5	0,4
		ТВОРОГ	100 / 100	17,4	8,5	2,7	152,1	0,2
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1,12 / 1,12	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.)	0,26 шт. / 10,23	1,2	1,1	0,1	14,5	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1 / 1	0	0,9	0	8,1	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
		ВАНИЛИН	1,6 / 1,6	0	0	0	0,0	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,8 / 2,8	0	2,2	0	16,7	0
		ПОВИДЛО	25 / 25	0,1	0	15	59,8	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	20 / 20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
		КИСЕЛЬ	180			13,0	51,6	0
		КИСЕЛЬ СУХОЙ	18 / 18	0	0	13	51,6	0
				22,0	13,9	51,5	408,8	43,2

Утверждаю

старший воспитатель СПДС Радуга
ГБОУ СОШ № 14
Галушко, О.К./



МЕНЮ
17 июня 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,2	7,3	19,5	166,4	0,7
		САХАР ПЕСОК	3 / 3	0	0	2,7	10,8	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	130 / 130	3,5	3,2	6,1	70,2	0,7
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,152 / 5,15	0	3,9	0	34,7	0
		КРУПА ЯЧНЕВАЯ	18 / 18	1,7	0,2	10,7	50,7	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,6	3,3	12,6	96,6	0,7
		САХАР ПЕСОК	7 / 7	0	0	6,4	25,1	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	130 / 130	3,5	3,2	6,1	70,2	0,7
		КАКАО-ПОРОШОК	0,5 / 0,5	0,1	0,1	0,1	1,3	0
2008	б/р	БАТОН	20	1,5	0,6	10,0	51,8	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ.	20 / 20	1,5	0,6	10	51,8	0
2012		СЫР	8	1,7	1,7		25,8	0
		СЫР РОССИЙСКИЙ	7,879 / 7,879	1,7	1,7	0	25,8	0
				12,0	12,9	42,1	340,6	1,4
Обед								
		СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА КУРИН.Б-НЕ.	150	1,5	2,1	9,5	60,1	2,9
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1,5 / 1,5	0	0	0	0,0	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8 / 6,72	0,1	0	0,5	2,5	0,3
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10 / 7,5	0,1	0	0,5	2,3	0,2
		ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ	6 / 6	0,7	0,1	3,8	18,3	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	50 / 30	0,6	0,1	4,7	20,8	2,4
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	60	9,0	9,0	6,0	135,2	0,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	10 / 10	0,8	0,1	4,6	21,3	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	20 / 20	0,6	0,5	0,9	10,8	0,1
		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
		МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕН.	70 / 39,2	6,9	5,9	0	77,6	0,3
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт. / 4,84	0,6	0,6	0	6,8	0
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,6	2,8	16,5	94,6	7,9
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	30 / 30	0,8	0,8	1,4	16,2	0,2
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	160 / 96	1,8	0,4	15,1	66,5	7,7
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	8,8	36,3	1
		ЯБЛОКИ	30 / 26,4	0,1	0,1	2,4	11,2	1,7
		САХАР ПЕСОК	7 / 7	0	0	6,4	25,1	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	15,5	73,4	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40 / 40	2,5	0,4	15,5	73,4	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	6,9	32,3	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	15,152 / 15,15	1,1	0,1	6,9	32,3	0

		САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	1,0	2,4	22,7	10,9
		КАПУСТА КВАШЕНАЯ	35 / 35	0,6	0	1,1	8,1	10,5
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5 / 4	0,1	0	0,3	1,6	0,4
		САХАР ПЕСОК	1 / 1	0	0	1	4,0	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1 / 1	0	1	0	9,0	0
				17,5	15,5	65,6	454,6	24,8
Полдник								
		ЯБЛОКО	106	0,4	0,4	10,4	49,8	10,6
		ЯБЛОКИ	106 / 106	0,4	0,4	10,4	49,8	17
				0,4	0,4	10,4	49,8	35,4
Ужин 1								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	90/20	15,7	11,3	23,0	248,2	0,4
		ТВОРОГ	75,152 / 75,15	13,1	6,4	2,1	114,3	0,2
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,9 / 0,9	0	0	0	0,0	0
		КРУПА МАННАЯ	6 / 6	0,6	0,1	3,8	17,7	0
		САХАР ПЕСОК	4 / 4	0	0	3,6	14,4	0
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,24 шт. / 9,7	1,1	1	0,1	13,7	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5 / 1,5	0	1,4	0	12,2	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	30 / 30	0,8	0,8	1,4	16,2	0,2
		ВАНИЛИН	1,4 / 1,4	0	0	0	0,0	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
		ПОВИДЛО	20 / 20	0,1	0	12	47,8	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	6,9	32,3	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	15,152 / 15,15	1,1	0,1	6,9	32,3	0
		КИСЕЛЬ	150			10,8	43,0	0
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5 / 139,5	0	0	0	0,0	0
		КИСЕЛЬ СУХОЙ	15 / 15	0	0	10,8	43,0	0
				16,8	11,4	40,7	323,5	35,8