

Утверждаю

ио. старшего воспитателя ДС Радуга
ГБОУ СОШ № 14
Савина Т.С./

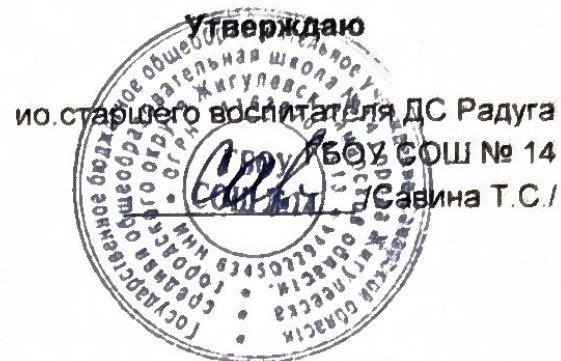
МЕНЮ

17 июля 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								
2012	417	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,6	8,2	18,9	172,8	0,7
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	130 / 130	3,5	3,2	6,1	70,2	0,7
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,161 / 5,16	0	4	0	34,7	0
		САХАР ПЕСОК	3 / 3	0	0	2,7	10,8	0
		ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ	18 / 18	2,1	1	10,1	57,1	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,7	3,4	12,6	97,9	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 ПОРС ДОК	1 / 1	0,2	0,2	0,1	2,6	0
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,0	51,8	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ	20 / 20	1,5	0,6	10	51,8	0
		МАСЛО НА БУТЕРБРОД	5					0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	0	0	0,0	0
				10,8	12,2	41,5	322,5	1,4
Обед								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	1,9	5,0	10,3	87,1	4,8
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	40 / 24	0,5	0,1	3,8	16,7	1,9
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,3	3,1	0,3
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10 / 7,5	0,1	0	0,5	2,3	0,2
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
		СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	80 / 60	0,9	0,1	4,8	22,7	2,4
		СМЕТАНА	9 / 9	0,2	1,3	0,3	13,0	0
		ЧЕСНОК	1 / 0,85	0,1	0	0,3	1,2	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		УКРОП СВЕЖИЙ	2 / 2	0	0	0	0,0	0
		СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	14,0	11,5	6,5	196,0	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	10 / 10	0,8	0,1	4,6	21,3	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	30 / 30	0,8	0,8	1,4	16,2	0,2
		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
		ГОВЯДИНА Б/К	80 / 67,52	11,6	8,1	0	132,5	0
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,13 шт. / 5,16	0,7	0,6	0	7,3	0
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	90	3,1	2,7	19,3	110,8	0
		ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ	30 / 30	3,1	0,4	19,3	91,3	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,903 / 2,9	0	2,3	0	19,5	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,2		11,1	45,8	0
		СМЕСЬ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	9 / 9	0,2	0	4,7	20,7	0
		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	15,161 / 15,16	1,1	0,1	6,9	32,3	0
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12,1	5,6
ТОМАТЫ СЕРУНТОВЫЕ	59 / 56	0,6	0,1	1,9	12,1	5,6
		23,4	19,8	71,6	557,6	12,3
Полдник						
ЯБЛОКО	126	0,5	0,5	11,2	53,3	5
ЯБЛОКИ	126 / 126	0,5	0,5	11,2	53,3	5,1
		0,5	0,5	11,2	53,3	17,3
Ужин 1						
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С МОЛОЧ.СОУСОМ	90/20	16,3	12,7	17,1	241,4	0,5
ТВОРОГ	75,161 / 75,16	13,1	6,4	2,1	114,3	0,2
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,7 / 0,7	0	0	0	0,0	0
КРУПА МАННАЯ	6 / 6	0,6	0,1	3,8	17,7	0
САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,26 шт. / 10,32	1,2	1,1	0,1	14,6	0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,581 / 2,58	0	2	0	17,4	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	50 / 50	1,4	1,2	2,4	27,0	0,3
ВАНИЛИН	1 / 1	0	0	0	0,0	0
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	1,935 / 1,935	0	0	1,4	5,5	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
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	6,9	32,3	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	15,161 / 15,16	1,1	0,1	6,9	32,3	0
МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	40	0,5	1,0	3,6	26,1	1,9
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	50 / 37,5	0,5	0	2,6	13,1	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1 / 1	0	1	0	9,0	0
САХАР ПЕСОК	1 / 1	0	0	1	4,0	0
		17,9	13,8	38,4	342,8	19,7



МЕНЮ

17 июля 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								
2012	417	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,9	9,1	22,9	203,3	0,9
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	170 / 170	4,5	4,1	8	91,8	0,9
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	3,9	0	33,7	0
		САХАР ПЕСОК	4 / 4	0	0	3,6	14,4	0
		ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ	20 / 20	2,4	1,1	11,3	63,4	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,8	4,3	15,4	123,7	0,9
		КАКАО-ПОРОШОК	1,2 / 1,2	0,3	0,2	0,1	3,2	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
		МАСЛО НА БУТЕРБРОД	5					0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	0	0	0,0	0
				14,0	14,3	53,3	404,7	1,8
Обед								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	2,4	5,7	13,1	106,5	6,1
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2 / 2,2	0	2,1	0	17,8	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	50 / 30	0,6	0,1	4,7	20,8	2,4
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13 / 10,92	0,2	0	0,8	4,1	0,4
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	16 / 12	0,2	0	0,7	3,8	0,2
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,5 / 2,5	0	2	0	14,9	0
		СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	100 / 75	1	0,1	6	28,4	3
		СМЕТАНА	10 / 10	0,3	1,4	0,4	14,4	0
		ЧЕСНОК	2 / 1,7	0,1	0	0,5	2,3	0,1
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		УКРОП СВЕЖИЙ	2 / 2	0	0	0	0,0	0
		СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	15,6	12,8	7,1	218,0	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	10 / 10	0,8	0,1	4,6	21,3	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
		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
		ГОВЯДИНА Б/К	90 / 75,96	13	9,2	0	149,0	0
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт. / 4,85	0,6	0,6	0	6,8	0
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,9	3,3	24,0	138,3	0
		ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ	37,4 / 37,4	3,9	0,5	24	113,8	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,636 / 3,636	0	2,8	0	24,5	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		12,6	51,7	0
		СМЕСЬ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	10 / 10	0,2	0	5,3	23,0	0
		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
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,4	14,5	6,7
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	70,8 / 67,2	0,7	0,1	2,4	14,5	6,7
		27,3	22,4	87,6	663,5	15,1
Полдник						
ЯБЛОКО	126	0,5	0,5	11,2	53,3	5
ЯБЛОКИ	126 / 126	0,5	0,5	11,2	53,3	6,1
		0,5	0,5	11,2	53,3	20,1
Ужин 1						
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С МОЛОЧ.СОУСОМ	110/30	19,5	15,2	21,5	294,3	0,6
ТВОРОГ	90 / 90	15,7	7,6	2,5	136,9	0,2
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,8 / 0,8	0	0	0	0,0	0
КРУПА МАННАЯ	8 / 8	0,8	0,1	5,1	23,7	0
САХАР ПЕСОК	10 / 10	0	0	9,1	35,9	0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,26 шт. / 10,3	1,2	1,1	0,1	14,6	0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,03 / 3,03	0	2,4	0	20,4	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4 / 2,4	0	2,3	0	19,4	0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	70 / 70	1,8	1,7	3,3	37,8	0,4
ВАНИЛИН	1 / 1	0	0	0	0,0	0
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	1,97 / 1,97	0	0	1,4	5,6	0
КИСЕЛЬ	180			13,0	51,6	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5 / 139,5	0	0	0	0,0	0
КИСЕЛЬ СУХОЙ	18 / 18	0	0	13	51,6	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
МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	60	0,7	2,1	4,9	41,7	2,8
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	75 / 56,25	0,7	0,1	3,9	19,7	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	2	0	18,0	0
САХАР ПЕСОК	1 / 1	0	0	1	4,0	0
		21,6	17,4	48,5	430,3	23,5