

Утверждаю

старший воспитатель до Радуга

ГБОУ СОШ № 14

Ганушко О.К.

МЕНЮ

22 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								
		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	1,4	2,1	8,6	56,0	2,4
		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	40 / 24	0,5	0,1	3,8	16,7	1,9
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		УКРОП СВЕЖИЙ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		КОТЛЕТЫ 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	2,5	3,6	15,6	96,4	7,4
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	30 / 30	0,8	0,8	1,4	16,2	0,2
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3 / 3	0	2,4	0	17,8	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	150 / 90	1,7	0,4	14,2	62,4	7,2
		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			15,152 / 15,15	1,1	0,1	6,9	32,3	0
				16,7	15,2	63,7	439,1	11,9
Полдник								
2008	442	СОК	120	0,6	0,1	11,9	51,6	2,4
СОК			120 / 120	0,6	0	15,2	66,0	4,8
				0,6	0,1	11,9	51,6	14,3
Ужин 1								
2008	224	СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ	100/20	18,8	11,7	28,0	282,0	0,2
ТВОРОГ			90 / 90	15,7	7,6	2,5	136,9	0,2
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ			0,9 / 0,9	0	0	0	0,0	0
САХАР ПЕСОК			4 / 4	0	0	3,6	14,4	0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)			0,18 шт / 7,27	0,9	0,8	0,1	10,3	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ			1,5 / 1,5	0	1,4	0	12,2	0
ВАНИЛИН			1,4 / 1,4	0	0	0	0,0	0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ			2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
ПОВИДЛО			15,152 / 15,15	0,1	0	9,1	36,2	0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ			20 / 20	2,1	0,3	12,7	60,1	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
				19,9	11,8	45,7	357,3	14,5

Утверждено
старший воспитатель д.с. Радуга
ГБОУ СОШ № 14
Галушко О.К.

МЕНЮ

22 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								
		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		32,8	0
		СЫР РОССИЙСКИЙ	10,3 / 10	2,1	2,3	0	32,8	0
				15,4	15,7	53,9	428,7	1,8
Обед								
		СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА КУРИН.Б.НЕ.	200	1,8	4,8	12,5	97,9	2,9
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,576 / 2,576	0	2	0	17,4	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	15 / 11,25	0,1	0	0,7	3,5	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	50 / 30	0,6	0,1	4,7	20,8	2,4
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	10,1	9,9	6,1	146,9	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.)	0,12 шт. / 4,84	0,6	0,6	0	6,8	0
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,2	4,4	18,9	123,1	8,8
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	180 / 108	2,1	0,4	17	74,9	8,8
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,939 / 3,939	0	3	0	26,6	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
				19,8	19,6	78,5	554,1	14,3

Полдник								
2008	442	СОК	120	0,6	0,1	11,9	51,6	2,4
СОК			120 / 120	0,6	0	15,2	68,0	4,8
				0,6	0,1	11,9	51,6	16,7
Ужин 1								
2008	224	СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ	120/20	23,9	14,1	38,9	365,3	0,2
ТВОРОГ			115 / 115	20	9,8	3,2	175,0	0,2
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ			1,12 / 1,12	0	0	0	0,0	0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ			30 / 30	3	0,4	19,1	90,2	0
САХАР ПЕССУ			5 / 5	0	0	4,6	18,0	0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)			0,17 шт. / 6,67	0,8	0,8	0	9,5	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ			1 / 1	0	0,9	0	8,1	0
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			20 / 20	0,1	0	12	47,8	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
				25,3	14,2	61,0	459,6	16,9