

Утверждаю
старший воспитатель дс Радуга
ГБОУ СОШ № 14
Калущко О.К./

МЕНЮ

23 сентября 2025 г.

Сад 12 часов

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	196,4	0,9
			4 / 4	0	0	3,6	14,4	0
		САХАР ПЕСОК	170 / 170	4,5	4,1	8	91,8	0,9
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	5,045 / 5,045	0	3,9	0	33,9	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	20 / 20	1,9	0,3	11,9	56,3	0
		КРУПА ЯЧНЕВАЯ	180	4,6	4,2	15,4	122,0	0,9
			0,6 / 0,6	0,1	0,1	0,1	1,5	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	170 / 170	4,5	4,1	8	91,8	0,9
		КАКАО-ПОРОШОК	8 / 8	0	0	3,3	28,7	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	30	2,3	0,9	15,0	77,7	0
		САХАР ПЕСОК	30 / 30	2,3	0,9	15	77,7	0
		БАТОН	10	2,1	2,2		32,7	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ	10,27 / 9,97	2,1	2,2	0	32,7	0
2012		СЫР		15,4	15,6	53,9	428,8	1,8
		СЫР РОССИЙСКИЙ						
Обед								
		СУП С МАКАРОН.ИЗДЕЛ.НА КУРИНОМ Б-НЕ	200	2,1	4,7	13,7	100,5	3,5
			2,523 / 2,52	0	2	0	16,9	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15 / 12	0,2	0	0,7	3,8	0,2
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10 / 10	1	0,1	6,5	30,4	0
		ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ	2,5 / 2,5	0	2,4	0	20,3	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	50 / 37,5	0,8	0,2	5,9	26,0	3
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	70	10,1	9,9	6,1	147,2	0,8
			10 / 10	0,8	0,1	4,6	21,3	0
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	20 / 20	0,6	0,5	0,9	10,8	0,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	80 / 44,8	8	6,8	0	88,7	0,4
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,13 шт. / 5,04	0,6	0,6	0	7,1	0
		МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕН	130	3,7	4,6	23,2	141,8	11
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	180 / 135	2,6	0,5	21,3	93,6	10,8
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	3,964 / 3,96	0	3,1	0	26,6	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	180	0,2		12,6	51,7	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10 / 10	0,2	0	5,3	23,0	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	3 / 8	0	0	7,3	28,7	0
		СМЕСЬ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	50	3,1	0,4	19,3	91,8	0
		САХАР ПЕСОК	50 / 50	3,1	0,4	19,3	91,8	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20 / 20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ						
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН						

2014	20	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	2,5	2,8	36,6	6,2
		КАПУСТА КВАШЕНАЯ	50 / 50	0,9	0,1	1,4	10,4	6
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5 / 2,5	0	2,4	0	20,3	0
		САХАР ПЕСОК	1 / 1	0	0	0,9	3,6	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5 / 6,3	0,1	0	0,5	2,3	0,2
				21,6	22,2	86,8	612,3	23,3
Полдник								
		СОК	150	0,8		19,1	82,5	6
		СОК	150 / 150	0,8	0	19,1	82,5	6
				0,8		19,1	82,5	29,3
Ужин 1								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ПОВИДЛОМ	110/20	19,7	13,4	26,3	294,6	0,4
		ТВОРОГ	95,045 / 95,045	16,5	8,1	2,6	144,5	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.)	0,25 шт. / 10,09	1,2	1,1	0,1	14,2	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	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
				21,1	13,5	48,4	388,9	29,7

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,2	7,3	19,5	165,4	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
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	3,9	0	33,7	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		25,7	0
		СЫР РОССИЙСКИЙ	7,857 / 7,857	1,7	1,7	0	25,7	0
				12,0	12,9	42,1	339,5	1,4
Обед								
		СУП С МАКАРОН.ИЗДЕЛ.НА КУРИНОМ.Б-НЕ	150	1,5	2,1	9,5	60,3	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 / 8	0,1	0	0,5	2,5	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 / 30	0,6	0,1	4,7	20,8	2,4
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	60	9,1	9,1	6,0	136,5	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.)	0,14 шт. / 5,71	0,7	0,7	0	8,1	0
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,7	3,6	16,8	101,6	8
		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	130 / 97,5	1,9	0,4	15,4	67,6	7,8
		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	1,0	0,1	6,8	32,0	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	15 / 15	1	0,1	6,8	32,0	0

2014	20	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,7	1,9	2,1	28,1	4,1
		КАПУСТА КВАШЕНАЯ	32,4 / 32,4	0,6	0	0,9	6,8	3,9
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		САХАР ПЕСОК	1 / 1	0	0	0,9	3,6	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5 / 4,2	0,1	0	0,3	1,5	0,2
				17,7	17,2	67,8	477,7	17,1
Полдник								
		СОК	150	0,8		19,1	82,5	6
		СОК	150 / 150	0,8	0	19,1	82,5	6
				0,8		19,1	82,5	23,1
Ужин 1								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ПОВИДЛОМ	90/20	15,1	11,0	19,8	230,8	0,4
		ТВОРОГ	70 / 70	12,2	5,9	1,9	106,5	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.)	0,29 шт. / 11,43	1,4	1,2	0,1	16,1	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	15 / 15	0,1	0	9	35,8	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,0	0,1	6,8	32,0	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН	15 / 15	1	0,1	6,8	32,0	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
				16,1	11,1	37,4	305,8	23,5