

МЕНЮ

24 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. кар-ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
		КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,9	5,2	22,9	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
		ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ	20 / 20	2,4	1,1	11,3	63,4	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		4,1	0,1	33,1	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	4,1	0,1	33,1	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,6	4,1	16,3	124,6	0,9
		САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
		КАКАО	1,231 / 1,23	0,1	0	1	4,1	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	170 / 170	4,5	4,1	8	91,8	0,9
				13,8	14,3	54,3	405,0	1,8
Обед								
		СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИН. Б-НЕ.	200	4,7	5,2	25,1	158,2	2,9
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	15 / 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.)	0,17 шт. / 6,77	0,9	0,8	0	9,5	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	50 / 50	0,6	0,1	4,7	20,8	2,4
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ	80/30	10,3	10,1	12,5	176,0	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.)	0,12 шт. / 4,92	0,6	0,6	0	6,9	0
		РИС	13 / 13	0,9	0,1	8,7	38,0	0
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	3 / 3	0,3	0	1,9	9,0	0
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	8 / 6	0,1	0	0,4	1,9	0,1
		СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	130	2,1	3,9	11,6	87,3	5,8
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,2 / 2,2	0	1,7	0	13,1	0
		СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	180 / 135	1,9	0,1	10,6	51,0	5,4
		ЛУК РЕПЧАТ. И	10 / 8,4	0,1	0	2,6	3,1	0,3
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1 / 2,2	0	2,1	0	17,1	0
		ЧЕСНОК	2 / 1,7	0,1	0	0,5	2,3	0,1
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	10,0	41,8	1,2

ЯБЛОКИ			35 / 30,8	0,1	0,1	2,7	13,1	2
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	11,5	53,5	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН			25,077 / 25,077	1,8	0,2	11,5	53,5	0
				22,1	19,9	90,3	608,6	13,3
Полдник								
2008	442	СОК	120	0,6	0,1	11,9	51,6	2,4
СОК			120 / 120	0,6	0	13,2	88,0	4,9
				0,6	0,1	11,9	51,6	15,7
Ужин 1								
	ПИРОЖКИ С КАРТОШКОЙ		120	8,8	7,4	46,9	276,8	4,4
САХАР ПЕСОК			5 / 5	0	0	4,8	18,0	0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ			40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ			2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ			3 / 3	0	2,8	0	24,3	0
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ			80 / 48	1	0,2	7,6	33,3	3,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)			0,12 шт. / 4,92	0,6	0,6	0	6,9	0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)			0,08 шт. / 3,08	0,4	0,4	0	4,3	0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ			50 / 50	5,1	0,7	31,9	150,3	0
ДРОЖЖИ			3 / 3	0,4	0,1	0,1	2,1	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ			13 / 10,92	0,2	0	0,8	4,1	0,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		25	1,8	0,2	11,5	53,5	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН			25,077 / 25,077	1,8	0,2	11,5	53,5	0
	КИСЕЛЬ .		180			13,0	51,6	0
КИСЕЛЬ СУХОЙ			18 / 18	0	0	13	51,6	0
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		60	0,5	0,1	1,4	7,5	2,4
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ			63,6 / 59,2	0,5	0,1	1,4	7,5	2,4
				11,1	7,7	72,8	389,4	22,5

Утверждаю

старший воспитатель Д.С. Радуга

ГБОУ СОШ № 14

Галкина О.К.

МЕНЮ

24 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 ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,6	4,2	18,9	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
		ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ	18 / 18	2,1	1	10,1	57,1	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
		МАСЛО НА БУТЕРБРОД	5		4,1	0,1	33,1	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	4,1	0,1	33,1	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,6	3,2	13,2	98,5	0,7
		САХАР ПЕСОК	7 / 7	0	0	6,4	25,1	0
		КАКАО	0,968 / 0,968	0,1	0	0,7	3,2	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	130 / 130	3,5	3,2	6,1	70,2	0,7
				10,8	11,7	42,0	317,3	1,4
Обед								
		СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИН. Б-НЕ.	150	3,6	4,1	17,5	114,8	2,4
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10 / 7,5	0,1	0	0,5	2,3	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.)	0,16 шт. / 6,45	0,8	0,7	0	9,1	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	40 / 24	0,5	0,1	3,8	16,7	1,9
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5 / 1,5	0	1,4	0	12,2	0
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ	60/20	8,9	8,5	10,0	147,4	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.)	0,13 шт. / 5,16	0,7	0,6	0	7,3	0
		РИС	10 / 10	0,7	0,1	6,7	30,0	0
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	6,129 / 4,6	0,1	0	0,3	1,4	0
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	3 / 3	0,3	0	1,9	9,0	0
		СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	110	1,8	3,6	9,8	74,4	4,8
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
		СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	150 / 112,5	1,6	0,1	9	42,1	4,5
		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	8,8	36,3	1

ЯБЛОКИ			30 / 28,4	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		20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН			20 / 20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
				18,3	16,8	70,7	489,0	10,8
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	13,2
Ужин 1								
	ПИРОЖКИ С КАРТОШКОЙ		120	9,0	7,4	46,9	278,1	4,4
САХАР ПЕСОК			5 / 5	0	0	4,6	18,0	0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ			40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ			2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ			3 / 3	0	2,8	0	24,3	0
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ			80 / 48	1	0,2	7,6	33,3	3,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)			0,13 шт. / 5,16	0,7	0,6	0	7,3	0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)			0,1 шт. / 3,87	0,5	0,4	0	5,5	0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ			50 / 50	5,1	0,7	31,9	150,3	0
ДРОЖЖИ			3 / 3	0,4	0,1	0,1	2,1	0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ			13 / 10,92	0,2	0	0,5	4,1	0,4
	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 .		150			10,8	43,0	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ			1,02,5 / 139,5	0	0	0	0,0	0
КИСЕЛЬ СУХОЙ			15 / 15	0	0	10,8	43,0	0
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,4		1,1	6,2	2
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ			53 / 49,3	0,4	0	1,1	6,2	2
				10,8	7,5	67,9	370,3	19,6