

Утверждаю

старший воспитатель дс Радуга

ГБОУ СОШ № 14

Анушко О.К./

МЕНЮ

25 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 ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ 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
2012		МАСЛО НА БУТЕРБРОД	5		4,1		36,3	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,385 / 5,385	0	4,1	0	36,3	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
		КАКАО-ПОРОШОК	0,5 / 0,5	0,1	0,1	0,1	1,3	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	130 / 130	3,5	3,2	6,1	70,2	0,7
				10,8	11,8	41,3	318,6	1,4
Обед								
		СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИН. Б-НЕ.	150	3,7	4,1	18,4	118,7	2,9
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10 / 8	0,1	0	0,5	2,5	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.)	0,15 шт. / 6,15	0,8	0,7	0	8,7	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	40 / 30	0,6	0,1	4,7	20,8	2,4
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5 / 1,5	0	1,4	0	12,2	0
		УКРОП СВЕЖИЙ	1,5 / 1,5	0	0	0	0,0	0
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ	60/20	9,0	8,6	10,0	148,8	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.)	0,15 шт. / 6,15	0,8	0,7	0	8,7	0
		РИС	10 / 10	0,7	0,1	6,7	30,0	0
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	5,385 / 4,3	0,1	0	0,3	1,4	0
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	3 / 3	0,3	0	1,9	9,0	0
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,6	3,8	7,2	72,0	0,7
		КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	160 / 128	2,2	0,1	5,5	32,2	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,308 / 2,308	0	1,8	0	15,6	0
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10 / 8	0,1	0	0,5	2,5	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8 / 6,72	0,1	0	0,5	2,5	0,3

ПАСТА ТОМАТНАЯ	2 / 2	0,1	0	0,4	1,8	0,4
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1,1 / 1,1	0	0	0	0,0	0
ЧЕСНОК	1 / 0,85	0,1	0	0,3	1,2	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	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	20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН	20 / 20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
		19,4	17,0	71,3	501,4	6,2
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,8	0,2	13,8	62,1	1,2
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150 / 150	0,8	0,2	13,8	62,1	1,2
		0,8	0,2	13,8	62,1	7,4
Ужин 1						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ЯБЛОКАМИ И МОЛОЧ.СЛАДКИМ СОУСОМ	90/20	16,3	11,5	20,0	244,5	1,7
ТВОРОГ	75,385 / 75,385	13,1	6,4	2,1	114,7	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.)	0,23 шт. / 9,23	1,1	1	0,1	13,1	0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,308 / 2,308	0	1,8	0	15,6	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1 / 1	0	0,9	0	8,1	0
ВАНИЛИН	1 / 1	0	0	0	0,0	0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	50 / 50	1,4	1,2	2,4	27,0	0,3
ЯБЛОКИ	35 / 30,8	0,1	0,1	2,7	13,1	2
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	2,308 / 2,308	0	0	1,6	6,5	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 .	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
		17,7	11,6	39,9	330,2	9,1

Утверждаю

старший воспитатель до Радуга
ГБОУ СОШ № 14
Галушко О.К.

МЕНЮ

25 сентября 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 ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ 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
2012		МАСЛО НА БУТЕРБРОД	5		3,9		33,9	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,044 / 5,04	0	3,9	0	33,9	0
		КАКАО С МОЛОКОМ	150	4,6	4,2	15,4	122,0	0,9
		САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	170 / 170	4,5	4,1	8	91,8	0,9
		КАКАО-ПОРОШОК	0,6 / 0,6	0,1	0,1	0,1	1,5	0
				13,8	14,2	53,3	403,2	1,8
Обед								
		СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИН. Б-НЕ.	200	5,0	5,3	26,3	163,7	3,5
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	15 / 12	0,2	0	0,7	3,8	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. / 6,73	0,9	0,8	0	9,5	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	50 / 37,5	0,8	0,2	5,9	26,0	3
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		УКРОП СВЕЖИЙ	1,5 / 1,5	0	0	0	0,0	0
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ	80/30	10,3	10,1	12,5	176,1	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. / 4,96	0,6	0,6	0	7,0	0
		РИС	13 / 13	0,9	0,1	8,7	39,0	0
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	3 / 3	0,3	0	1,9	9,0	0
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	7,5 / 6	0,1	0	0,4	1,9	0,1
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,2	4,5	9,2	89,1	1,3
		КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	190 / 152	2,6	0,2	6,5	38,3	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,478 / 2,478	0	1,9	0	16,7	0
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	15,044 / 12,04	0,2	0	0,7	3,8	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3

ПАСТА ТОМАТНАЯ	5 / 5	0,2	0	0,9	4,6	0,9
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1,3 / 1,3	0	0	0	0,0	0
ЧЕСНОК	2 / 1,7	0,1	0	0,5	2,3	0,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5 / 2,5	0	2,4	0	20,3	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	25	1,8	0,2	11,5	53,4	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25,044 / 25,04	1,8	0,2	11,5	53,4	0
		23,6	20,5	91,4	625,8	8,2
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,8	0,2	13,8	62,1	1,2
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150 / 150	0,8	0,2	13,8	62,1	1,2
		0,8	0,2	13,8	62,1	9,4
Ужин 1						
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ЯБЛОКАМИ И И МОЛОЧ. СЛАДКИМ СОУСОМ	110/30	21,1	14,9	24,4	311,7	1,9
ТВОРОГ	100 / 100	17,4	8,5	2,7	152,1	0,2
СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,7 / 0,7	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.)	0,25 шт. / 9,91	1,2	1	0,1	14,0	0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,478 / 2,478	0	1,9	0	16,7	0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
ВАНИЛИН	1 / 1	0	0	0	0,0	0
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	60 / 60	1,6	1,4	2,8	32,4	0,3
ЯБЛОКИ	40 / 35 2	0,1	0,1	3,1	14,9	2,2
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	2,035 / 2,035	0	0	1,5	5,8	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	11,5	53,4	0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25,044 / 25,04	1,8	0,2	11,5	53,4	0
КИСЕЛЬ .	180			13,0	51,6	0
КИСЕЛЬ СУХОЙ	18 / 18	0	0	13	51,6	0
		22,9	15,1	48,9	416,7	11,3