

Утверждаю

И.О. старш. воспитателя дс Радуга  
ГБОУ СОШ № 14  
*Савина Т.*

МЕНЮ  
25 ноября 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                       | Выход             | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------|-------------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                          |                   | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                          |                   |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | КАША ДРУЖБА МОЛОЧНАЯ                     | 150               | 5,1               | 7,4     | 20,6             | 170,1                                    | 0,7                   |
|                               |                     |                                          | 3 / 3             | 0                 | 0       | 2,7              | 10,8                                     | 0                     |
|                               |                     | САХАР ПЕСОК                              | 130 / 130         | 3,5               | 3,2     | 6,1              | 70,2                                     | 0,7                   |
|                               |                     | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ                          | 5 / 5             | 0                 | 3,9     | 0                | 33,7                                     | 0                     |
|                               |                     | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                          | 10 / 10           | 0,7               | 0,1     | 6,7              | 30,0                                     | 0                     |
|                               |                     | РИС                                      | 8 / 8             | 0,9               | 0,2     | 5,1              | 25,4                                     | 0                     |
|                               |                     | ПШЕНО                                    |                   |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | КАКАО С МОЛОКОМ                          | 150               | 3,6               | 3,3     | 12,6             | 96,6                                     | 0,7                   |
|                               |                     |                                          | 7 / 7             | 0                 | 0       | 6,4              | 25,1                                     | 0                     |
|                               |                     | САХАР ПЕСОК                              | 130 / 130         | 3,5               | 3,2     | 6,1              | 70,2                                     | 0,7                   |
|                               |                     | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ                          | 0,5 / 0,5         | 0,1               | 0,1     | 0,1              | 1,3                                      | 0                     |
|                               |                     | КАКАО-ПОРОШОК                            |                   |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | б/р                 | БАТОН                                    | 20                | 1,5               | 0,6     | 10,0             | 51,8                                     | 0                     |
|                               |                     |                                          | 20 / 20           | 1,5               | 0,6     | 10               | 51,8                                     | 0                     |
|                               |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ                           |                   |                   |         |                  | 25,5                                     | 0                     |
| 2012                          |                     | СЫР                                      | 8                 | 1,7               | 1,7     | 0                | 25,5                                     | 0                     |
|                               |                     |                                          | 7,778 / 7,778     | 1,7               | 1,7     | 0                | 25,5                                     | 0                     |
|                               |                     | СЫР РОССИЙСКИЙ                           |                   |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     |                                          |                   | 11,9              | 13,0    | 43,2             | 344,0                                    | 1,4                   |
| Обед                          |                     |                                          |                   |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | СУП С МАКАРОН.ИЗДЕЛ. НА<br>КУРИНОМ.Б-НЕ  | 150               | 1,6               | 2,1     | 10,4             | 63,8                                     | 3,3                   |
|                               |                     |                                          | 1,5 / 1,5         | 0                 | 0       | 0                | 0,0                                      | 0                     |
|                               |                     | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                          | 8 / 6,72          | 0,1               | 0       | 0,5              | 2,5                                      | 0,3                   |
|                               |                     | ЛУК РЕПЧАТЫЙ                             | 10 / 8            | 0,1               | 0       | 0,5              | 2,5                                      | 0,2                   |
|                               |                     | МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ                         | 6 / 6             | 0,7               | 0,1     | 3,8              | 18,3                                     | 0                     |
|                               |                     | ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ                       | 2 / 2             | 0                 | 1,9     | 0                | 16,2                                     | 0                     |
|                               |                     | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 50 / 35           | 0,7               | 0,1     | 5,6              | 24,3                                     | 2,8                   |
|                               |                     | КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ              | 1 / 1             | 0                 | 0       | 0                | 0,0                                      | 0                     |
|                               |                     | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ                             |                   |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ                          | 60                | 9,0               | 8,9     | 6,0              | 134,7                                    | 0,7                   |
|                               |                     |                                          | 10 / 10           | 0,8               | 0,1     | 4,6              | 21,3                                     | 0                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.                            | 20 / 20           | 0,6               | 0,5     | 0,9              | 10,8                                     | 0,1                   |
|                               |                     | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ                          | 2 / 2             | 0                 | 1,9     | 0                | 16,2                                     | 0                     |
|                               |                     | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 8 / 6,72          | 0,1               | 0       | 0,5              | 2,5                                      | 0,3                   |
|                               |                     | ЛУК РЕПЧАТЫЙ                             | 70 / 39,2         | 6,9               | 5,9     | 0                | 77,6                                     | 0,3                   |
|                               |                     | МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕН | 0,11 шт /<br>4,44 | 0,6               | 0,5     | 0                | 6,3                                      | 0                     |
|                               |                     | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                       |                   |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                        | 110               | 2,7               | 3,6     | 16,9             | 102,0                                    | 8                     |
|                               |                     |                                          | 30 / 30           | 0,8               | 0,8     | 1,4              | 16,2                                     | 0,2                   |
|                               |                     | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ                          | 3 / 3             | 0                 | 2,4     | 0                | 17,8                                     | 0                     |
|                               |                     | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                          | 140 / 98          | 1,9               | 0,4     | 15,5             | 68,0                                     | 7,8                   |
|                               |                     | КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ              |                   |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ                    | 150               | 0,2               |         | 11,1             | 45,8                                     | 0                     |
|                               |                     |                                          | 9 / 9             | 0,2               | 0       | 4,7              | 20,7                                     | 0                     |
|                               |                     | СМЕСЬ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                    | 7 / 7             | 0                 | 0       | 6,4              | 25,1                                     | 0                     |
|                               |                     | САХАР ПЕСОК                              |                   |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 40                | 2,5               | 0,4     | 15,5             | 73,4                                     | 0                     |
|                               |                     |                                          | 40 / 40           | 2,5               | 0,4     | 15,5             | 73,4                                     | 0                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ                           |                   |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 15                | 1,0               | 0,1     | 6,8              | 32,0                                     | 0                     |
|                               |                     |                                          | 15 / 15           | 1                 | 0,1     | 6,8              | 32,0                                     | 0                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧН.                            |                   |                   |         |                  |                                          |                       |

|         |     |                                   |                 |      |      |      |       |      |
|---------|-----|-----------------------------------|-----------------|------|------|------|-------|------|
| 2014    | 20  | САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ           | 40              | 0,7  | 1,9  | 2,7  | 29,9  | 5,9  |
|         |     | КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ              | 40 / 32         | 0,6  | 0    | 1,4  | 8,1   | 5,8  |
|         |     | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2 / 2           | 0    | 1,9  | 0    | 16,2  | 0    |
|         |     | САХАР ПЕСОК                       | 1 / 1           | 0    | 0    | 0,9  | 3,6   | 0    |
|         |     | МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ                  | 8 / 6,4         | 0,1  | 0    | 0,4  | 2,0   | 0,1  |
|         |     |                                   |                 | 17,7 | 17,0 | 69,4 | 481,6 | 19,3 |
| 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  | 25,3 |
| Ужин 1  |     |                                   |                 |      |      |      |       |      |
| 2008    | 224 | СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ                | 90/20           | 18,7 | 11,7 | 27,8 | 280,8 | 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    |
|         |     | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ          | 20 / 20         | 2,1  | 0,3  | 12,7 | 60,1  | 0    |
|         |     | САХАР ПЕСОК                       | 4 / 4           | 0    | 0    | 3,6  | 14,4  | 0    |
|         |     | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)                | 0,17 шт. / 6,67 | 0,8  | 0,8  | 0    | 9,5   | 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 / 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    |
|         |     |                                   |                 | 19,7 | 11,8 | 45,4 | 355,8 | 25,5 |

Утверждаю

ИО, старш. воспитатель, д.с. Радуга

ГБОУ СОШ № 14

**МЕНЮ**

25 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                       | Выход              | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------|--------------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                          |                    | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                          |                    |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | КАША ДРУЖБА МОЛОЧНАЯ                     | 200                | 6,4               | 8,4     | 26,1             | 207,6                                    | 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                 | 3,9     | 0                | 33,7                                     | 0                     |
|                               |                     | РИС                                      | 12 / 12            | 0,8               | 0,1     | 8,1              | 36,0                                     | 0                     |
|                               |                     | ПШЕНО                                    | 10 / 10            | 1,1               | 0,3     | 6,4              | 31,7                                     | 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     |                  | 32,9                                     | 0                     |
|                               |                     | СЫР РОССИЙСКИЙ                           | 10,317 /<br>10,02  | 2,1               | 2,3     | 0                | 32,9                                     | 0                     |
|                               |                     |                                          |                    | 15,4              | 15,8    | 56,5             | 440,2                                    | 1,8                   |
| Обед                          |                     |                                          |                    |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | СУП С МАКАРОН.ИЗДЕЛ. НА<br>КУРИНОМ Б-НЕ  | 200                | 2,1               | 4,3     | 14,4             | 100,5                                    | 3,9                   |
|                               |                     | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                          | 2,3 / 2,3          | 0                 | 1,8     | 0                | 15,5                                     | 0                     |
|                               |                     | ЛУК РЕПЧАТЫЙ                             | 10 / 8,4           | 0,1               | 0       | 0,6              | 3,1                                      | 0,3                   |
|                               |                     | МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ                         | 15 / 12            | 0,2               | 0       | 0,7              | 3,8                                      | 0,2                   |
|                               |                     | ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ                       | 10 / 10            | 1                 | 0,1     | 6,5              | 30,4                                     | 0                     |
|                               |                     | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ        | 2,3 / 2,3          | 0                 | 2,2     | 0                | 18,6                                     | 0                     |
|                               |                     | КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ              | 60 / 42            | 0,8               | 0,2     | 6,5              | 29,1                                     | 3,4                   |
|                               |                     | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ                             | 1 / 1              | 0                 | 0       | 0                | 0,0                                      | 0                     |
|                               |                     | КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ                          | 70                 | 10,1              | 9,9     | 6,1              | 147,3                                    | 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.)                       | 0,13 шт. /<br>5,07 | 0,6               | 0,6     | 0                | 7,2                                      | 0                     |
|                               |                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                        | 130                | 3,8               | 4,7     | 23,9             | 145,3                                    | 11,4                  |
|                               |                     | КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ              | 200 / 140          | 2,7               | 0,6     | 22               | 97,0                                     | 11,2                  |
|                               |                     | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ                          | 40 / 40            | 1,1               | 1       | 1,9              | 21,6                                     | 0,2                   |
|                               |                     | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                          | 3,968 / 3,968      | 0                 | 3,1     | 0                | 26,7                                     | 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                              | 8,4                | 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    |
| 2014                              | 20  | САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ | 60              | 1,0  | 2,9  | 3,6  | 43,5  | 9,6  |
| КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ              |     |                         | 65 / 52         | 0,9  | 0,1  | 2,2  | 13,1  | 9,4  |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ |     |                         | 3 / 3           | 0    | 2,8  | 0    | 24,3  | 0    |
| САХАР ПЕСОК                       |     |                         | 1 / 1           | 0    | 0    | 0,9  | 3,6   | 0    |
| МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ                  |     |                         | 10 / 8          | 0,1  | 0    | 0,5  | 2,5   | 0,2  |
|                                   |     |                         |                 | 21,7 | 22,3 | 89,0 | 622,8 | 27,5 |
| 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  | 33,5 |
| Ужин 1                            |     |                         |                 |      |      |      |       |      |
| 2008                              | 224 | СЫРНИКИ С ПОВИДЛОМ      | 110/20          | 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 ПЕСОК                       |     |                         | 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 | 33,7 |