

МЕНЮ

26 ноября 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,5	4,3	24,4	165,4	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 / 5	0	0	0	0,0	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	20 / 20	2	0,2	12,8	59,2	0
		КРУПА МАННАЯ	30	2,3	0,9	15,0	77,7	0
		БАТОН	30 / 30	2,3	0,9	15	77,7	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ	13	3,0	3,8		47,4	0,1
		СЫР	13,033 / 13,03	3	3,8	0	47,4	0,2
		СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	180	0,1		7,8	31,5	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1	0	7,3	28,7	0
		САХАР ПЕСОК	2 / 8	0	0	0,5	2,8	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК РАСТВОРИМЫЙ	1,2 / 1,2	0,1	0			
				11,9	9,0	47,2	322,0	1,0
Обед								
		СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИН. Б-НЕ.	200	4,9	5,3	27,0	165,6	3,9
			15 / 12	0,2	0	0,7	3,8	0,2
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,5 / 2,5	0	2	0	14,9	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	144 / 144	0	0	0	0,0	0
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30 / 30	3	0,4	19,1	90,2	0
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	0,4 / 0,4	0	0	0	0,0	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,16 шт. / 6,56	0,8	0,8	0	9,3	0
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	60 / 42	0,8	0,2	6,6	29,1	3,4
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	80/30	10,3	10,1	12,5	176,0	1,6
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ	80/30	10,3	10,1	12,5	176,0	1,6
			2,8 / 2,8	0	2,6	0	22,7	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	13 / 10,92	0,2	0	0,8	4,1	0,4
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	80 / 44,8	8	6,8	0	88,7	0,4
		МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕН	4 / 4	0,2	0	0,7	3,7	0,7
		ПАСТА ТОМАТНАЯ	0,12 шт. / 4,92	0,6	0,6	0	6,9	0
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	13 / 13	0,9	0,1	8,7	39,0	0
		РИС	3 / 3	0,3	0	1,9	9,0	0
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	7,5 / 6	0,1	0	0,4	1,9	0,1
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	130	2,3	3,9	12,7	90,8	6,2
		СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	130	2,3	3,9	12,7	90,8	6,2
			2,2 / 2,2	0	1,7	0	13,1	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	180 / 144	2,1	0,1	11,6	54,5	5,8
		СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,2 / 2,2	0	2,1	0	17,3	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 1,7	0,1	0	0,5	2,3	0,1
		ЧЕСНОК	180	0,2		12,6	51,7	0
		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		12,6	51,7	0

		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	15,5	72,1	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	11,4	53,3	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25 / 25	1,8	0,2	11,4	53,3	0
				22,6	19,9	95,5	630,2	12,7
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56,4	12
		ЯБЛОКИ	120 / 120	0,5	0,5	11,8	56,4	19,2
				0,5	0,5	11,8	56,4	24,7
Ужин 1								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (ГРЕЧА)	200	6,3	6,2	19,4	159,7	0,9
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	170 / 170	4,5	4,1	8	91,8	0,9
		КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ	15 / 15	1,8	0,5	7,8	41,6	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
		САХАР ПЕСОК	4 / 4	0	0	3,6	14,4	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	11,4	53,3	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	25 / 25	1,8	0,2	11,4	53,3	0
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/1	0,2		7,8	32,3	1,1
		САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
		ЛИМОН	7 / 7	0,1	0	0,2	2,2	1,1
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180 / 180	0	0	0	0,0	0
		ЧАЙ ЧЕРНЫЙ	0,6 / 0,6	0,1	0	0,3	1,4	0
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	80	7,1	5,6	40,9	235,2	0,2
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	55 / 55	5,6	0,7	34,9	165,3	0
		САХАР ПЕСОК	5 / 5	0	0	4,6	18,0	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт. / 4,92	0,6	0,6	0	6,9	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,8 / 0,8	0	0	0	0,0	0
		ДРОЖЖИ	1,1 / 1,1	0,1	0	0	0,7	0
		ВАНИЛИН	0,05 / 0,05	0	0	0	0,0	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	30 / 30	0,8	0,8	1,4	16,2	0,2
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
				15,4	12,0	79,5	480,5	26,9

Утверждаю

старший воспитатель до Радуга
ГБОУ СОШ № 14
/Савина Т.С./

МЕНЮ

26 ноября 2025 г.

Ясли 12 часов

Если 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,3	3,4	20,4	134,3	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
		КРУПА МАННАЯ	18 / 18	1,8	0,2	11,6	53,3	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
		СЫР	10	2,3	3,0		36,4	0,1
		СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	10 / 10	2,3	3	0	36,4	0,2
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	0,1		6,9	27,4	0
		САХАР ПЕСОК	7 / 7	0	0	6,4	25,1	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК РАСТВОРИМЫЙ	1 / 1	0,1	0	0,5	2,3	0
				9,3	6,6	37,1	245,7	0,8
Обед								
		СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИН. Б-НЕ.	150	4,0	4,2	19,4	124,1	3,3
		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.)	0,19 шт. / 7,5	1	0,8	0,1	10,6	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	50 / 35	0,7	0,1	5,6	24,3	2,8
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5 / 1,5	0	1,4	0	12,2	0
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ	60/20	8,8	8,5	10,0	147,2	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.)	1/8 шт. / 5	0,6	0,6	0	7,1	0
		РИС	10 / 10	0,7	0,1	6,7	30,0	0
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	5,63 / 4,5	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	1,9	3,6	10,4	77,2	5,1
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
		СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	150 / 120	1,7	0,1	9,6	45,4	4,8
		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 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
				18,8	16,8	75,5	510,4	10,4
Полдник								
2008		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56,4	12
		ЯБЛОКИ	120 / 120	0,5	0,5	11,8	56,4	19,2
				0,5	0,5	11,8	56,4	22,4
Ужин 1								
		СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧА)	150	4,6	5,1	13,1	116,8	0,7
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	130 / 130	3,5	3,2	6,1	70,2	0,7
		КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ	10 / 9,9	1,1	0,3	5,2	27,5	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
		САХАР ПЕСОК	2 / 2	0	0	1,8	7,2	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
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1		6,8	27,7	0,8
		ЧАЙ ЧЕРНЫЙ	0,5 / 0,5	0,1	0	0,2	1,1	0
		САХАР ПЕСОК	7 / 7	0	0	6,4	25,1	0
		ЛИМОН	5 / 5	0	0	0,2	1,5	0,8
		ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150 / 150	0	0	0	0,0	0
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	80	7,1	5,6	40,9	235,4	0,2
		МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	55 / 55	5,6	0,7	34,9	165,3	0
		САХАР ПЕСОК	5 / 5	0	0	4,6	18,0	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ)	1/8 шт. / 5	0,6	0,6	0	7,1	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,8 / 0,8	0	0	0	0,0	0
		ДРОЖЖИ	1,1 / 1,1	0,1	0	0	0,7	0
		ВАНИЛИН	0,05 / 0,05	0	0	0	0,0	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	30 / 30	0,8	0,8	1,4	16,2	0,2
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
				13,2	10,8	69,9	422,6	24,1