

Утверждаю

старший воспитатель до Радуга

ГБОУ-СОШ № 14

ГБОУ / Галушко О.К./

МЕНЮ

30 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,4	8,3	23,5	196,4	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	5,042 / 5,04	0	3,9	0	33,9	0
		КРУПА ЯЧНЕВАЯ	20 / 20	1,9	0,3	11,9	56,3	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	10,336 / 10,03	2,1	2,3	0	32,9	0
				15,4	15,7	53,9	429,0	1,8
Обед								
		СУП С МАКАРОН.ИЗДЕЛ.НА КУРИНОМ Б-НЕ	200	2,1	4,7	13,7	100,5	3,5
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,521 / 2,52	0	2	0	16,9	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	2,5 / 2,5	0	2,4	0	20,3	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	50 / 37,5	0,8	0,2	5,9	26,0	3
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	10,1	9,9	6,1	147,2	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. / 5,04	0,6	0,6	0	7,1	0
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,7	4,6	23,2	142,3	11
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	180 / 135	2,6	0,5	21,3	93,6	10,8
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4,034 / 4,03	0	3,1	0	27,1	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	20	1,4	0,1	9,1	42,7	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН	20 / 20	1,4	0,1	9,1	42,7	0

				17,1	15,2	65,9	449,8	13,0
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	19,0	
Ужин 1								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ПОВИДЛОМ	90/20	15,0	10,9	20,0	230,6	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.)	0,27 шт / 10,67	1,3	1,1	0,1	15,1	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 / 1,4	0	0	0	0,0	0	
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0	
	ПОВИДЛО	15,333 / 15,33	0,1	0	9,2	36,6	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,0	32,7	0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	15,333 / 15,33	1,1	0,1	7	32,7	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	
				16,1	11,0	37,8	306,3	19,4

Утверждаю

старший воспитатель дс Радуга

ГБОУ СОШ № 14

Галушко О.К./

МЕНЮ

30 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	7,5	19,5	167,6	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	0,7
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,333 / 5,33	0	4,1	0	35,9	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	1,8	0	26,2	0
		СЫР РОССИЙСКИЙ	8 / 8	1,7	1,8	0	26,2	0
				12,0	13,2	42,1	342,2	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	9,0	6,0	136,0	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.)	0,13 шт. / 5,33	0,7	0,6	0	7,6	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	1,1	0,1	7,0	32,7	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	15 333 / 15,33	1,1	0,1	7	32,7	0

				20,6	19,7	84,0	576,2	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	110/20	19,7	13,4	26,3	294,6	0,4
		ТВОРОГ	95,042 / 95,04	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. / 10,08	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	23,5