

Утверждаю

старший воспитатель дс Радуга  
ГБОУ СОШ № 14  
Галушко О.К./

**МЕНЮ**

14 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
		<b>КАША ДРУЖБА МОЛОЧНАЯ</b>	<b>200</b>	<b>6,1</b>	<b>8,3</b>	<b>23,4</b>	<b>195,5</b>	<b>0,9</b>
		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	5,039 / 5,039	0	3,9	0	33,9	0
		РИС	10 / 10	0,7	0,1	6,7	30,0	0
		ПШЕНО	8 / 8	0,9	0,2	5,1	25,4	0
		<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>	<b>180</b>	<b>4,6</b>	<b>4,2</b>	<b>15,4</b>	<b>122,0</b>	<b>0,9</b>
		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
		<b>БАТОН</b>	<b>30</b>	<b>2,3</b>	<b>0,9</b>	<b>15,0</b>	<b>77,7</b>	<b>0</b>
		БАТОН НАРЕЗНОЙ.	30 / 30	2,3	0,9	15	77,7	0
2012		<b>СЫР</b>	<b>10</b>	<b>2,1</b>	<b>2,3</b>		<b>32,8</b>	<b>0</b>
		СЫР РОССИЙСКИЙ	10,31 / 10,01	2,1	2,3	0	32,8	0
				<b>15,1</b>	<b>15,7</b>	<b>53,8</b>	<b>428,0</b>	<b>1,8</b>
<b>Обед</b>								
		<b>СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ Б-НЕ С СУХАРИКАМИ</b>	<b>200</b>	<b>6,4</b>	<b>4,5</b>	<b>17,8</b>	<b>133,1</b>	<b>3,4</b>
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,326 / 2,326	0	1,8	0	15,7	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	15 / 11,25	0,1	0	0,7	3,5	0,2
		ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ	25 / 25	5,5	0,4	10,9	67,3	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3 / 2,3	0	2,2	0	18,6	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	30 / 36	0,7	0,1	5,6	24,9	2,9
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		<b>КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ</b>	<b>70</b>	<b>10,1</b>	<b>9,9</b>	<b>6,1</b>	<b>147,1</b>	<b>0,8</b>
		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.)	0,12 шт. / 4,96	0,6	0,6	0	7,0	0
		<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>	<b>130</b>	<b>3,4</b>	<b>5,4</b>	<b>20,8</b>	<b>138,7</b>	<b>9,8</b>
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	200 / 120	2,3	0,5	16,9	83,2	9,6
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,039 / 5,039	0	3,9	0	33,9	0
		<b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ</b>	<b>180</b>	<b>0,2</b>		<b>12,6</b>	<b>51,7</b>	<b>0</b>
		СМЕСЬ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	10 / 10	0,2	0	5,3	23,0	0
		САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
		<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	<b>50</b>	<b>3,1</b>	<b>0,4</b>	<b>19,3</b>	<b>91,8</b>	<b>0</b>
		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50 / 50	3,1	0,4	19,3	91,8	0
		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>20</b>	<b>1,4</b>	<b>0,1</b>	<b>9,1</b>	<b>42,7</b>	<b>0</b>

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.		20/20	1,4	0,1	9,1	42,7	0	
			<b>24,6</b>	<b>20,3</b>	<b>85,7</b>	<b>605,1</b>	<b>15,8</b>	
<b>Полдник</b>								
	<b>СОК</b>	<b>150</b>	<b>0,8</b>		<b>19,1</b>	<b>82,5</b>	<b>6</b>	
СОК		150 / 150	0,8	0	19,1	82,5	6	
			<b>0,8</b>		<b>19,1</b>	<b>82,5</b>	<b>21,8</b>	
<b>Ужин 1</b>								
<b>2008</b>	<b>224</b>	<b>ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ</b>	<b>110/20</b>	<b>20,6</b>	<b>14,9</b>	<b>26,4</b>	<b>311,2</b>	<b>0,4</b>
ТВОРОГ		100 / 100	17,4	8,5	2,7	152,1	0,2	
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ		40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2	
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. / 9,92	1,2	1	0,1	14,0	0	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ		2 / 2	0	1,9	0	16,2	0	
ВАНИЛИН		1,6 / 1,6	0	0	0	0,0	0	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		3 / 3	0	2,4	0	17,8	0	
ПОВИДЛО		20 / 20	0,1	0	12	47,8	0	
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>20</b>	<b>1,4</b>	<b>0,1</b>	<b>9,1</b>	<b>42,7</b>	<b>0</b>	
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.		20 / 20	1,4	0,1	9,1	42,7	0	
	<b>РЯЖЕНКА</b>	<b>180</b>	<b>5,2</b>	<b>4,5</b>	<b>7,6</b>	<b>97,2</b>	<b>0,5</b>	
РЯЖЕНКА		180 / 180	5,2	4,5	7,6	97,2	1,4	
			<b>27,2</b>	<b>19,5</b>	<b>43,1</b>	<b>451,1</b>	<b>22,7</b>	

Утверждаю

старший воспитатель дс Радуга

ГБОУ СОШ № 14

Галушко О.К./

# МЕНЮ

14 апреля 2026 г.

## Ясли 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
		<b>КАША ДРУЖБА МОЛОЧНАЯ</b>	<b>150</b>	<b>5,1</b>	<b>7,4</b>	<b>20,6</b>	<b>170,1</b>	<b>0,7</b>
		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	5/5	0	3,9	0	33,7	0
		РИС	10/10	0,7	0,1	6,7	30,0	0
		ПШЕНО	8/8	0,9	0,2	5,1	25,4	0
		<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b>	<b>150</b>	<b>3,6</b>	<b>3,3</b>	<b>12,6</b>	<b>96,6</b>	<b>0,7</b>
		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	<b>БАТОН</b>	<b>20</b>	<b>1,5</b>	<b>0,6</b>	<b>10,0</b>	<b>51,8</b>	<b>0</b>
		БАТОН НАРЕЗНОЙ.	20/20	1,5	0,6	10	51,8	0
2012		<b>СЫР</b>	<b>8</b>	<b>1,7</b>	<b>1,8</b>		<b>26,8</b>	<b>0</b>
		СЫР РОССИЙСКИЙ	8,182/8,18	1,7	1,8	0	26,8	0
				<b>11,9</b>	<b>13,1</b>	<b>43,2</b>	<b>345,3</b>	<b>1,4</b>
<b>Обед</b>								
		<b>СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ.Б-НЕ С СУХАРИКАМИ</b>	<b>150</b>	<b>4,1</b>	<b>2,2</b>	<b>12,3</b>	<b>82,2</b>	<b>2,9</b>
		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	10/7,5	0,1	0	0,5	2,3	0,2
		ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ	15/15	3,3	0,2	6,6	40,4	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2/2	0	1,9	0	16,2	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	50/30	0,6	0,1	4,7	20,8	2,4
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1/1	0	0	0	0,0	0
		<b>КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ</b>	<b>60</b>	<b>9,1</b>	<b>9,0</b>	<b>6,0</b>	<b>136,1</b>	<b>0,7</b>
		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.)	0,14 шт. / 5,45	0,7	0,6	0	7,7	0
		<b>ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ</b>	<b>110</b>	<b>2,6</b>	<b>3,9</b>	<b>16,5</b>	<b>103,5</b>	<b>7,9</b>
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	30/30	0,8	0,8	1,4	16,2	0,2
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,5/3,5	0	2,7	0	20,8	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	160/96	1,8	0,4	15,1	66,5	7,7
		<b>КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ</b>	<b>150</b>	<b>0,2</b>		<b>11,1</b>	<b>45,8</b>	<b>0</b>
		СМЕСЬ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	9/9	0,2	0	4,7	20,7	0
		САХАР ПЕСОК	7/7	0	0	6,4	25,1	0
		<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	<b>40</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>15,5</b>	<b>73,4</b>	<b>0</b>
		ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	40/40	2,5	0,4	15,5	73,4	0
		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>15</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>32,0</b>	<b>0</b>

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.		15 / 15	1	0,1	6,8	32,0	0	
			19,5	15,6	68,2	473,0	12,9	
<b>Полдник</b>								
	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	18,9	
<b>Ужин 1</b>								
2008	224	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	90/15	15,8	11,9	20,0	240,7	0,4
		ТВОРОГ	75 / 75	13	6,4	2,1	114,1	0,2
		КРУПА МАННАЯ	6 / 6	0,6	0,1	3,8	17,7	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	30 / 30	0,8	0,8	1,4	16,2	0,2
		САХАР ПЕСОК	4 / 4	0	0	3,6	14,4	0
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,27 шт. / 10,91	1,3	1,2	0,1	15,4	0
		ВАНИЛИН	1,4 / 1,4	0	0	0	0,0	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5 / 1,5	0	1,4	0	12,2	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,5 / 2,5	0	2	0	14,9	0
		ПОВИДЛО	15 / 15	0,1	0	9	35,8	0
		<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>15</b>	<b>1,0</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>32,0</b>	<b>0</b>
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	15 / 15	1	0,1	6,8	32,0	0
		<b>РЯЖЕНКА</b>	<b>150</b>	<b>4,4</b>	<b>3,8</b>	<b>6,3</b>	<b>81,0</b>	<b>0,5</b>
		РЯЖЕНКА	150 / 150	4,4	3,8	6,3	81,0	1,2
			21,2	15,8	33,1	353,7	19,8	