

Утверждаю

старший воспитатель дс Радуга

ГБОУ СОШ № 14

Галушко О.К.

МЕНЮ

15 сентября 2026 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 ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,6	8,6	18,9	176,5	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	5,714 / 5,71	0	4,4	0	38,4	0
		ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ	18 / 18	2,1	1	10,1	57,1	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		МАСЛО НА БУТЕРБРОД	5		4,4		38,4	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,714 / 5,71	0	4,4	0	38,4	0
				10,7	16,9	41,5	363,3	1,4
Обед								
		СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА КУРИН.Б-НЕ.	150	1,7	1,7	10,7	61,5	3,5
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	1 / 1	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	1,5 / 1,5	0	1,4	0	12,2	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	50 / 37,5	0,8	0,2	5,9	26,0	3
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		УКРОП СВЕЖИЙ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	60	9,1	9,1	6,0	136,5	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.)	0,14 шт. / 5,71	0,7	0,7	0	8,1	0
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,5	3,6	15,6	96,4	7,4
		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	120 / 90	1,7	0,4	14,2	62,4	7,2
		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	7,2	33,5	0

		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	15,714 / 15,71	1,1	0,1	7,2	33,5	0
2014	20	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	1,9	2,1	28,1	4,1
		КАПУСТА КВАШЕНАЯ	32,4 / 32,4	0,6	0	0,9	6,8	3,9
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2 / 2	0	1,9	0	16,2	0
		САХАР ПЕСОК	1 / 1	0	0	0,9	3,6	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5 / 4,2	0,1	0	0,3	1,5	0,2
				17,8	16,8	68,2	475,2	17,1
Полдник								
2008	442	СОК	150	0,8	0,2	14,9	64,5	3
		СОК	150 / 150	0,8	0	19,1	82,5	6
				0,8	0,2	14,9	64,5	20,1
Ужин 1								
2008	224	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ И МОЛОЧ.СОУСОМ.	90/30	16,2	11,9	18,6	240,2	1,1
		ТВОРОГ	70 / 70	12,2	5,9	1,9	106,5	0,2
		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.)	0,29 шт. / 11,43	1,4	1,2	0,1	16,1	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1 / 1	0	0,9	0	8,1	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	60 / 60	1,6	1,4	2,8	32,4	0,3
		ВАНИЛИН	1,4 / 1,4	0	0	0	0,0	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3 / 3	0	2,4	0	17,8	0
		КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	1,429 / 1,429	0	0	1	4,1	0
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	35 / 28	0,4	0	1,7	8,8	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,2	33,5	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	15,714 / 15,71	1,1	0,1	7,2	33,5	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
				17,3	12,0	36,6	316,7	21,2

Утверждаю

старший воспитатель, дс Радуга

ГБОУ СОШ № 14

Галушко О.К./

МЕНЮ

15 сентября 2026 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 ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,9	9,1	22,9	203,5	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	5,041 / 5,04	0	3,9	0	33,9	0
		ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ	20 / 20	2,4	1,1	11,3	63,4	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		МАСЛО НА БУТЕРБРОД	5		3,9		33,9	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,041 / 5,04	0	3,9	0	33,9	0
				13,8	18,1	53,3	437,1	1,8
Обед								
		СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ НА КУРИН.Б-НЕ.	200	2,2	4,1	14,9	100,8	4,1
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,033 / 2,03	0	1,6	0	13,7	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 / 45	0,9	0,2	7,1	31,2	3,6
		СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		УКРОП СВЕЖИЙ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	70	10,1	9,9	6,1	146,9	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.)	0,12 шт. / 4,87	0,6	0,6	0	6,8	0
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	4,0	4,7	25,6	152,4	12,2
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	200 / 150	2,9	0,6	23,7	104,0	12
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	40 / 40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,984 / 3,98	0	3,1	0	26,8	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

2014	20	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	2,8	2,8	40,3	6
		КАПУСТА КВАШЕНАЯ	48,6 / 48,6	0,9	0	1,4	10,1	5,8
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3 / 3	0	2,8	0	24,3	0
		САХАР ПЕСОК	1 / 1	0	0	0,9	3,6	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,5 / 6,3	0,1	0	0,5	2,3	0,2
				22,0	22,0	90,4	626,6	24,9
Полдник								
2008	442	СОК	150	0,8	0,2	14,9	64,5	3
		СОК	150 / 150	0,8	0	19,1	82,5	6
				0,8	0,2	14,9	64,5	27,9
Ужин 1								
2008	224	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОЧ.СОУСОМ.	110/50	22,0	15,8	24,6	319,2	1,3
		ТВОРОГ	100 / 100	17,4	8,5	2,7	152,1	0,2
		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. / 10,08	1,2	1,1	0,1	14,2	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5 / 1,5	0	1,4	0	12,2	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	80 / 80	2,1	2	3,8	43,2	0,4
		ВАНИЛИН	1,6 / 1,6	0	0	0	0,0	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,5 / 3,5	0	2,7	0	20,8	0
		КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	2,033 / 2,03	0	0	1,5	5,8	0
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	45 / 36	0,5	0	2,3	11,3	0,7
		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
				23,4	15,9	46,7	413,5	29,2