

Утверждаю

Заместитель директора-руководитель Центра развития ребенка-детский сад 211  
МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС №2, Вектор,,  
Шубникова Е.М./



# МЕНЮ

2 декабря 2025 г.  
Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                    | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                       |        | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                       |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2010                          | 33                  | * КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ<br>(*соль йодированная, *крупа рисовая , вода питьевая, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)                                                                   | 150    | 3,61              | 2,70       | 19,77            | 118,40                                        | 0,42                  |
| 2012                          | 397                 | * КАКАО С МОЛОКОМ<br>(*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2% жирности)                                                                                                     | 150    | 2,86              | 2,86       | 12,32            | 87,17                                         | 0,48                  |
| 2012                          |                     | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)<br>(*масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                                               | 7      | 0,03              | 5,76       | 0,06             | 52,19                                         | 0,00                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                             | 25     | 2,01              | 0,25       | 12,33            | 59,78                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                       | 332    | 8,51              | 11,57      | 44,48            | 317,54                                        | 0,90                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                       |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(*яблоки)                                                                                                                                                                                   | 130    | 0,52              | 0,52       | 12,74            | 61,09                                         | 13,00                 |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                       | 130    | 0,52              | 0,52       | 12,74            | 61,09                                         | 13,00                 |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                       |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 109                 | * БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ<br>(*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)                                                       | 150    | 2,38              | 1,35       | 7,24             | 50,79                                         | 0,20                  |
| 2010                          | 57                  | *ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ<br>(*морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, *соль йодированная, *лавровый лист, *картофель, *куриная грудка охлажденная)         | 180    | 14,24             | 20,98      | 20,07            | 326,38                                        | 10,57                 |
| 2024                          | ТК № 62             | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ<br>(*огурцы грунтовые)                                                                                                                                                                  | 30     | 0,24              | 0,03       | 0,75             | 4,20                                          | 3,00                  |
| 2008                          |                     | *ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(*хлеб ржаной)                                                                                                                                                                        | 33     | 2,19              | 0,29       | 14,00            | 67,35                                         | 0,00                  |
| 2012                          | 375                 | * КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД<br>(*сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)                                                                                                                       | 150    | 0,11              | 0,05       | 12,43            | 52,63                                         | 1,37                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                       | 543    | 19,16             | 22,70      | 54,49            | 501,35                                        | 15,14                 |
| Уплполдник                    |                     |                                                                                                                                                                                                       |        |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 237                 | *ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с повидлом<br>(*творог 9,0% жирности, *крупа манная, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *сухари панировочные, * сметана 15% жирности, *джем) | 110/30 | 15,99             | 11,14      | 32,76            | 295,50                                        | 4,10                  |
| 2008                          |                     | *ПЕЧЕНЬЕ<br>(*печенье сахарное мука высш.сорт)                                                                                                                                                        | 30     | 2,25              | 2,94       | 22,32            | 125,10                                        | 0,00                  |
| 2010                          | 96                  | * ЧАЙ<br>(*чай , вода питьевая)                                                                                                                                                                       | 150    | 0,06              | 0,00       | 0,13             | 0,73                                          | 0,01                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                       | 320    | 18,30             | 14,08      | 55,21            | 421,33                                        | 4,11                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                       |        | 46,49             | 48,87      | 166,92           | 1 301,31                                      | 33,15                 |

Ст медсестра  Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заместитель директора-руководитель Центра развития ребенка-детский сад 211

МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС №2, Вектор,, /Шубникова Е.М./



**МЕНЮ**  
2 декабря 2025 г.  
Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                    | Выход  | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                       |        | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                       |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2010                          | 33                  | * КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ<br>(*крупа рисовая , вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)                                                                   | 180    | 4,33              | 3,24       | 23,65            | 141,80                                             | 0,50                  |
| 2012                          | 397                 | * КАКАО С МОЛОКОМ<br>(*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2% жирности)                                                                                                     | 180    | 3,42              | 3,42       | 14,76            | 104,42                                             | 0,58                  |
| 2012                          |                     | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)<br>(*масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                                               | 7      | 0,04              | 5,80       | 0,06             | 52,59                                              | 0,00                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                             | 30     | 2,40              | 0,30       | 14,73            | 71,40                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                       | 397    | 10,19             | 12,76      | 53,20            | 370,21                                             | 1,08                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                       |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(*яблоки)                                                                                                                                                                                   | 130    | 0,52              | 0,52       | 12,74            | 61,11                                              | 13,00                 |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                       | 130    | 0,52              | 0,52       | 12,74            | 61,11                                              | 13,00                 |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                       |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 109                 | * БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ<br>(*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)                                                       | 200    | 3,17              | 1,81       | 9,53             | 67,33                                              | 0,27                  |
| 2010                          | 57                  | *ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ<br>(*морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, *соль йодированная, *лавровый лист, *картофель, *куриная грудка охлажденная)         | 200    | 15,80             | 23,22      | 22,28            | 361,64                                             | 11,73                 |
| 2024                          | ТК № 62             | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ<br>(*огурцы грунтовые)                                                                                                                                                                  | 35     | 0,28              | 0,04       | 0,88             | 4,90                                               | 3,50                  |
| 2008                          |                     | *ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(*хлеб ржаной)                                                                                                                                                                        | 40     | 2,65              | 0,35       | 16,96            | 81,58                                              | 0,00                  |
| 2012                          | 375                 | * КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД<br>(*сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)                                                                                                                       | 180    | 0,14              | 0,05       | 14,92            | 63,15                                              | 1,64                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                       | 655    | 22,04             | 25,47      | 64,57            | 578,60                                             | 17,14                 |
| Упполдник                     |                     |                                                                                                                                                                                                       |        |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 237                 | *ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с повидлом<br>(*творог 9,0% жирности, *крупа манная, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *сахари панировочные, * сметана 15% жирности, *джем) | 140/30 | 19,34             | 13,29      | 39,56            | 355,91                                             | 5,00                  |
| 2008                          |                     | *ПЕЧЕНЬЕ<br>(*печенье сахарное мука высш.сорт)                                                                                                                                                        | 30     | 2,25              | 2,94       | 22,32            | 125,10                                             | 0,00                  |
| 2010                          | 96                  | * ЧАЙ<br>(*чай , вода питьевая)                                                                                                                                                                       | 180    | 0,07              | 0,00       | 0,15             | 0,86                                               | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                       | 380    | 21,66             | 16,23      | 62,03            | 481,87                                             | 5,02                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                       |        | 54,41             | 54,98      | 192,54           | 1 491,79                                           | 36,24                 |

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.