

Утверждаю

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

# МЕНЮ

12 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                          | 31                  | *КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ<br>(вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *крупа манная, *молоко пастер. 3,2% жирности)                                                                       | 150   | 3,87              | 2,76       | 16,04            | 104,50                                        | 0,44                  |
| 2010                          | 97                  | *ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ<br>(вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)                                                                                                        | 150   | 2,30              | 2,46       | 11,79            | 79,12                                         | 0,42                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                             | 25    | 2,00              | 0,25       | 12,28            | 59,50                                         | 0,00                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)<br>(*масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                                               | 7     | 0,07              | 5,81       | 0,07             | 52,50                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                       | 332   | 8,24              | 11,28      | 40,18            | 295,62                                        | 0,86                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(*яблоки)                                                                                                                                                                                   | 130   | 0,52              | 0,52       | 12,72            | 61,02                                         | 12,98                 |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                       | 130   | 0,52              | 0,52       | 12,72            | 61,02                                         | 12,98                 |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 77                  | * СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ<br>(*картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *яйца куриные (шт.))                                                           | 150   | 2,46              | 2,64       | 11,62            | 80,20                                         | 5,76                  |
| 2012                          | 297                 | * ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ<br>(*капуста белокочанная, *крупа рисовая , *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *морковь, *свинина б/к)                                                       | 150   | 15,13             | 33,24      | 21,16            | 178,09                                        | 16,92                 |
| 2008                          |                     | *ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(*хлеб ржаной)                                                                                                                                                                        | 33    | 2,18              | 0,29       | 13,99            | 67,31                                         | 0,00                  |
| 2010                          | 94                  | * НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>(*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)                                                                                                                                          | 150   | 0,08              | 0,08       | 15,34            | 62,81                                         | 0,76                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                       | 483   | 19,85             | 36,25      | 62,11            | 388,41                                        | 23,44                 |
| Уплполдник                    |                     |                                                                                                                                                                                                       |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 474                 | * БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ<br>(*мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *дрожжи, *соль йодированная, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко пастер. 3,2% жирности) | 50    | 3,87              | 4,16       | 29,93            | 172,51                                        | 0,02                  |
| 2010                          | 96                  | * ЧАЙ<br>(*чай , вода питьевая)                                                                                                                                                                       | 150   | 0,06              | 0,00       | 0,13             | 0,72                                          | 0,01                  |
| 2010                          | 14                  | * СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ<br>(вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт, *молоко пастер. 3,2% жирности)       | 150   | 4,69              | 5,10       | 14,90            | 125,29                                        | 0,62                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                       | 350   | 8,62              | 9,26       | 44,96            | 298,52                                        | 0,65                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                       |       | 37,23             | 57,31      | 159,97           | 1 043,57                                      | 37,93                 |

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заместитель директора-руководитель Центра развития ребенка-  
детский сад 211МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС №2, Вектор,,  
Шубникова Е.М./**МЕНЮ**  
**12 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                          | 31                  | *КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ<br>(вода питьевая, *крупа манная, *сахар песок, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)                                                                      | 180   | 4,63              | 3,29       | 19,28            | 125,49                                             | 0,52                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                            | 30    | 2,40              | 0,30       | 14,73            | 71,40                                              | 0,00                  |
| 2010                          | 97                  | *ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ<br>(вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)                                                                                                       | 180   | 2,76              | 2,96       | 14,18            | 95,07                                              | 0,52                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)<br>(*масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                                              | 7     | 0,07              | 5,81       | 0,07             | 52,50                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                      | 397   | 9,86              | 12,36      | 48,26            | 344,46                                             | 1,04                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                      |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО<br>(*яблоки)                                                                                                                                                                                  | 130   | 0,52              | 0,52       | 12,74            | 61,10                                              | 13,00                 |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                      | 130   | 0,52              | 0,52       | 12,74            | 61,10                                              | 13,00                 |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                      |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 77                  | * СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ<br>(*картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *яйца куриные (шт.))                                                          | 200   | 3,19              | 3,40       | 15,46            | 105,43                                             | 7,68                  |
| 2012                          | 297                 | * ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ<br>(*капуста белокочанная, *крупа рисовая , *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *морковь, * свинина б/к)                                                     | 180   | 18,12             | 39,70      | 25,36            | 211,59                                             | 20,32                 |
| 2008                          |                     | *ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(*хлеб ржаной)                                                                                                                                                                       | 40    | 2,65              | 0,35       | 16,96            | 81,58                                              | 0,00                  |
| 2010                          | 94                  | * НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ<br>(*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)                                                                                                                                         | 180   | 0,09              | 0,09       | 18,41            | 75,30                                              | 0,90                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                      | 600   | 24,05             | 43,54      | 76,19            | 473,90                                             | 28,90                 |
| Уплполдник                    |                     |                                                                                                                                                                                                      |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 474                 | * БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ<br>(*мука пшеничная высш.сорт, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *дрожжи, *соль йодированная, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко пастер. 3,2% жирности) | 50    | 3,69              | 4,23       | 29,76            | 171,59                                             | 0,02                  |
| 2010                          | 14                  | * СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ<br>(вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт, *молоко пастер. 3,2% жирности)      | 180   | 5,63              | 6,13       | 17,91            | 150,48                                             | 0,75                  |
| 2010                          | 96                  | * ЧАЙ<br>(*чай , вода питьевая)                                                                                                                                                                      | 180   | 0,07              | 0,00       | 0,15             | 0,86                                               | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                      | 410   | 9,39              | 10,36      | 47,82            | 322,93                                             | 0,79                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                      |       | 43,82             | 66,78      | 185,01           | 1 202,39                                           | 43,73                 |

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.