

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

МЕНЮ

23 декабря 2025 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	37	* КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (*сахар песок, *соль йодированная, вода питьевая, *кукуруза крупа, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,05	3,99	21,23	141,65	1,18
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	2,76	2,96	14,19	95,10	0,52
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			397	10,28	13,06	50,22	360,65	1,70
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	125	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
Итого			125	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
Обед								
2012	57	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,СО СМЕТАНОЙ (*свекла, *капуста белокочанная, *картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *томатная паста, * сметана 15% жирности, *соль йодированная)	200/10	1,82	5,46	8,76	92,15	7,05
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка охлажденная, *сухари панировочные, *масло сладко- сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, *молоко пастер. 3,2% жирности)	70	13,66	13,94	11,14	224,72	0,56
2012	336	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ (*капуста белокочанная, *масло подсолнечное рафинированное, *морковь, *лук репчатый, *мука пшеничная высш сорт, *сахар песок, *томатная паста)	200	4,52	7,04	19,20	160,86	42,03
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			700	22,65	26,79	65,74	598,01	49,64
Уплполдник								
2010	96	* ЧАЙ (*чай , вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*соль йодированная, *крупа гречневая ядрица, вода питьевая, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,55	3,71	20,80	139,37	0,50
2016	274	*МАННИК (*крупа манная, *сахар песок, *масло подсолнечное рафинированное, *мука пшеничная высш.сорт, *яйца куриные (шт.), *сухари панировочные, кефир 3.2 % жирности)	50	3,86	2,10	26,60	140,48	0,06
Итого			410	9,48	5,81	47,55	280,71	0,58
Всего				43,04	45,79	175,89	1 293,12	54,42

Ст медсестра



Перевозчикова Н.А.