

Утверждаю

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



МЕНЮ

1 октября 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (вода питьевая, *сахар песок, *соль йодированная, *овсяные хлопья "геркулес", *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,18	3,52	15,04	109,24	0,44
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,82	2,85	12,26	86,73	0,48
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,01	0,25	12,37	59,94	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			332	9,08	12,43	39,74	308,41	0,92
II Завтрак								
2012	401	*СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	120	3,38	2,91	4,66	61,69	0,34
Итого			120	3,38	2,91	4,66	61,69	0,34
Обед								
2012	87	*СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАММИ (*рыбн.консервы в масле. сардины атлантич., *картофель, *морковь, *лук репчатый, *крупа рисовая, *масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, *масло подсолнечное рафинированное)	150	5,39	3,43	9,77	91,73	3,74
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*крупа гречневая ядрица, *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, вода питьевая)	110	6,21	4,88	28,06	180,76	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,18	0,29	13,97	67,23	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)	150	0,11	0,05	12,44	52,65	1,37
2012	286	* ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (вода питьевая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш.сорт, * свинина б/к, *батон пшеничный йодированный)	60	9,18	23,18	7,62	95,47	0,48
2010	84	* СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш.сорт, томатное пюре, *морковь, *лук репчатый, *сахар песок, *соль йодированная, *лавровый лист)	30	0,31	0,61	2,07	15,14	0,38
Итого			533	23,38	32,44	73,93	502,98	5,97
Упполдник								
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,12	0,71	0,01
2012	215	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	140	9,82	12,68	2,43	163,30	0,22
к/к	к/к	*КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ (*кукуруза консервы)	30	0,90	0,06	1,89	11,67	1,20
Итого			340	12,38	12,94	14,26	223,28	1,43
Всего				48,22	60,72	132,59	1 096,36	8,66

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

1 октября 2025 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (*овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, *соль йодированная, вода питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,97	4,22	17,90	130,13	0,52
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	3,42	3,42	14,76	104,40	0,58
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			397	10,86	13,75	47,46	358,43	1,10
II Завтрак								
2012	401	*СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	140	3,94	3,40	5,43	71,97	0,39
Итого			140	3,94	3,40	5,43	71,97	0,39
Обед								
2012	87	*СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАММИ (*рыбн.консервы в масле. сардины атлантич., *картофель, *морковь, *лук репчатый, *крупа рисовая , *масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, *масло подсолнечное рафинированное)	200	7,19	4,64	13,10	123,32	5,00
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (*масло сладко-сливочное несоленое, *крупа гречневая ядрица, *соль йодированная, вода питьевая)	130	7,33	5,62	33,17	212,26	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)	180	0,14	0,05	14,92	63,16	1,64
2012	286	* ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (вода питьевая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш.сорт, * свинина б/к, *батон пшеничный йодированный)	70	10,70	27,36	8,78	113,47	0,56
2010	84	* СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука пшеничная высш.сорт, томатное пюре, *морковь, *лук репчатый, *сахар песок, *соль йодированная, *лавровый лист)	40	0,40	0,79	2,70	19,64	0,51
Итого			660	28,41	38,81	89,63	613,43	7,71
Упполдник								
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,29	59,58	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай , вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,97	0,02
2012	215	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	160	11,29	14,50	2,77	187,05	0,25
к/к	к/к	*КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ (*кукуруза консервы)	40	1,20	0,08	2,52	15,52	1,60
Итого			405	14,57	14,83	17,74	263,12	1,87
Всего				57,78	70,79	160,26	1 306,95	11,07

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.