

Утверждаю

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



МЕНЮ

1 декабря 2025 г.
Ясли 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	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*крупа гречневая ядрица, вода питьевая, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности, *сахар песок)	150	4,64	3,10	16,59	113,29	0,41
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,32	2,33	11,29	76,01	0,39
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,76	0,06	52,19	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,01	0,25	12,33	59,78	0,00
Итого			332	9,00	11,44	40,27	301,27	0,80
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								
2010	11	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ ,СОСМЕТАНОЙ (*масло подсолнечное рафинированное, *картофель, *соль йодированная, *лавровый лист, вода питьевая, *морковь, *лук репчатый, * сметана 15% жирности, *горошек зеленый консервы)	150/15/10	1,45	2,90	7,19	60,88	3,53
2010	59	* КОТЛЕТА МЯСНАЯ (* свинина б/к, вода питьевая, *сухари панировочные, *батон пшеничный йодированный, *лук репчатый, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, *чеснок)	60	11,35	26,53	11,47	119,21	0,26
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	110	5,12	7,61	31,08	213,42	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,19	0,29	14,00	67,35	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,04	32,13	0,00
Итого			528	20,11	37,33	71,78	492,99	3,79
Упполдник								
2012	215	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	140	9,85	12,68	2,44	163,47	0,22
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	13	2,95	3,74	0,00	46,20	0,04
2010	96	* ЧАЙ (*чай , вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,13	0,73	0,01
Итого			323	14,46	16,62	12,39	258,00	0,27
Всего				44,20	65,52	136,82	1 106,01	7,36

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 декабря 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	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*крупа гречневая ядрица, *сахар песок, вода питьевая, *молоко пастер. 3.2% жирности, *соль йодированная)	180	5,55	3,71	19,86	135,61	0,50
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,77	2,79	13,49	90,89	0,47
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,80	0,06	52,59	0,00
Итого			397	10,76	12,60	48,14	350,49	0,97
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								
2010	11	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ ,СОСМЕТАНОЙ (*картофель, *соль йодированная, *лавровый лист, *морковь, *лук репчатый, вода питьевая, *масло подсолнечное рафинированное, * сметана 15% жирности, *горошек зеленый консервы)	200/15/10	1,86	3,66	9,23	77,43	4,53
2010	59	* КОТЛЕТА МЯСНАЯ (* свинина б/к, вода питьевая, *сухари панировочные, *батон пшеничный йодированный, *лук репчатый, *соль йодированная, *масло подсолнечное рафинированное, *чеснок)	70	13,22	30,88	13,31	138,62	0,31
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт)	130	6,05	8,80	36,73	250,39	0,00
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			645	23,78	43,69	85,91	586,72	4,84
Уплполдник								
2012	215	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (*яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	160	11,29	14,48	2,76	186,80	0,25
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (*сыр)	15	3,37	4,29	0,00	52,86	0,04
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай , вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
Итого			380	16,73	19,02	15,19	300,02	0,31
Всего				51,90	75,44	161,62	1 290,98	8,62

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.