



Утверждаю

Директор

/Галченкова Е.Н./

МЕНЮ

1 декабря 2025 г.

7-11 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,15	12,45	0,15	112,50	0,00
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	155	7,07	8,67	23,26	200,18	0,04
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	195	4,13	3,99	24,64	152,54	0,55
2008		БАТОН	45	3,47	1,35	22,55	116,55	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00
Итого			560	16,17	26,76	82,75	646,27	90,59
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			225	1,70	1,03	39,13	174,50	4,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200/20	8,61	8,34	20,19	195,85	17,85
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	21,12	12,31	1,00	225,34	16,74
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,38	5,44	21,89	150,47	10,52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2008		БАТОН	25	1,93	0,75	12,53	64,75	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			747	35,47	26,87	71,05	700,77	46,65
Полдник								
2012	241	ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ	175	10,80	14,32	23,10	265,96	0,80
2023	1	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "КИСЕЛЬ ДЕТСКИЙ ВИТОШКА"	180	0,00	0,00	5,82	95,79	2,01
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			455	11,20	14,72	38,72	408,75	12,81
Ужин								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	42	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	125	27,99	11,95	4,72	238,32	1,03
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,38	5,44	21,89	150,47	10,52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04
2008		БАТОН	45	3,47	1,35	22,55	116,55	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			594	35,03	18,74	64,09	565,80	11,59
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	214	12,07	10,41	16,65	220,55	0,00
Итого			214	12,07	10,41	16,65	220,55	0,00
Всего				111,64	98,53	312,39	2 716,64	165,64

Диетсестра

Себелева В.Е.

Повар

Зауморова О.Н.