



Утверждаю

Директор

Галченкова Е.Н./

МЕНЮ

16 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)	20	0,15	12,45	0,15	112,50	0,00
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	160	6,56	11,37	26,62	235,65	0,03
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,32	3,63	23,54	146,18	0,36
2008		БАТОН	50	3,85	1,50	25,05	129,50	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00
Итого			550	16,23	29,25	87,51	688,33	90,39
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00
Итого			230	1,84	1,19	42,99	192,20	4,00
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,00
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200/20	8,30	11,98	25,99	251,06	23,09
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	95	21,36	12,31	1,92	230,28	17,64
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,05	9,11	20,91	178,31	10,18
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	19,77	79,82	0,04
2008		БАТОН	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			784	35,69	34,36	84,64	824,97	53,95
Полдник								
2012	241	ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С КУРАГОЙ	195	13,10	19,74	26,52	337,64	0,80
2023	1	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "КИСЕЛЬ ДЕТСКИЙ ВИТОШКА"	185	0,00	0,00	6,98	114,95	2,41
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			480	13,50	20,14	43,30	499,59	13,21
Ужин								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	125	27,96	17,51	8,04	301,65	0,89
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,05	9,11	20,91	178,31	10,18
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2008		БАТОН	50	3,85	1,50	25,05	129,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			598	35,05	28,12	64,09	650,57	11,11
Ужин 2								
2011	386	КЕФИР	231	13,00	11,20	17,93	237,51	0,00
Итого			231	13,00	11,20	17,93	237,51	0,00
Всего				115,31	124,26	340,46	3 093,17	172,66

Диетсестра

Сиб

Себелева В.Е.

Повар

ЗН

Зауморова О.Н.