

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель СП «Детский сад Аленушка»

ГБОУ СОШ № 3 города Похвистнево

Т.П. Мелешкина



СП ГБОУ СОШ №3
города Похвистнево

МЕНЮ 10 октября 2025 г.

Сад 12 ч.

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	181	КАША ПЕРЛОВАЯ СЛАДКАЯ	200	2,71	0,32	19,47	91,67	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	16,22	64,85	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			434	2,71	0,32	35,69	156,52	0,00
Второй завтрак								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008		МОРКОВЬ СВЕЖАЯ (ПОРЦИЯМИ)	35	0,36	0,03	1,93	9,80	1,40
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С КУРИЦЕЙ	200	3,70	2,21	11,34	80,45	5,68
2008	131	КАПУСТА ТУШЁНАЯ С МЯСОМ	220	3,70	0,21	10,94	62,92	34,04
2008	436	НАПИТОК	200	0,11	0,02	0,97	5,17	2,97
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,19	0,22	7,13	35,64	0,00
Итого			720	9,06	2,69	32,31	193,98	44,09
Уплотнённый полдник								
2008	467	ВЕНГЕРКА С ЯБЛОКАМИ	130	8,02	4,58	34,95	213,82	1,76
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	0,29	0,00	0,61	3,61	0,00
Итого			330	8,31	4,58	35,56	217,43	1,76
Всего				20,08	7,59	103,56	567,93	45,85

Старшая медсестра  / Е.В. Рагузина

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель СП «Детский сад Аленушка»

ГБОУ СОШ № 3 города Похвистнево

_____ / Т.Г. Мелешкина

СП ГБОУ СОШ №3
города Похвистнево

МЕНЮ

10 октября 2025 г.

Ясли 12 ч.

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	181	КАША ПЕРЛОВАЯ СЛАДКАЯ	150	2,10	0,25	15,14	71,30	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	150	0,00	0,00	15,57	62,28	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			331	2,10	0,25	30,71	133,58	0,00
Второй завтрак								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008		МОРКОВЬ СВЕЖАЯ	23	0,24	0,02	1,29	6,53	0,93
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С КУРИЦЕЙ	180	3,74	2,32	10,38	77,72	5,18
2008	131	КАПУСТА ТУШЁНАЯ С	180	3,11	0,18	8,79	51,12	29,68
2008	436	НАПИТОК ЦИТРУСОВЫЙ	150	0,08	0,02	0,70	3,72	2,14
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,03	0,19	6,20	31,02	0,00
Итого			587	8,20	2,73	27,36	170,11	37,93
Уплотнённый полдник								
2008	467	ВЕНГЕРКА С ЯБЛОКАМИ	110	4,86	2,71	24,95	143,34	0,00
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	150	0,29	0,00	0,61	3,61	0,00
Итого			260	5,15	2,71	25,56	146,95	0,00
Всего				15,45	5,69	83,63	450,64	37,93

Старшая медсестра _____ / Е.В. Рагузина