

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель СП «Детский сад Алёнушка»
 ГБОУ СОШ №3 города Похвистнево



СП ГБОУ СОШ №3
 города Похвистнево

МЕНЮ

2 февраля 2026 г.

Сад 12 ч.

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ СЛАДКАЯ, С МАСЛОМ	200	2,55	0,30	18,38	86,57	0,00
2008	438	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			435	2,55	0,30	18,38	86,57	0,00
Второй завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	15,96	63,83	0,00
Итого			200	0,00	0,00	15,96	63,83	0,00
Обед								
2012		ЛУК СВЕЖИЙ /КОЛЬЦАМИ/	30	0,41	0,06	2,41	12,01	1,21
2008	107	СУП С ГОЛУШКАМИ НА К/М БУЛЬОНЕ	200	3,21	1,10	17,57	92,76	4,73
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	220	0,76	0,04	2,74	15,02	5,02
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,16	0,21	6,93	34,65	0,00
Итого			710	5,54	1,41	29,65	154,44	10,96
Уплотнённый полдник								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	200	6,09	4,86	22,93	160,91	0,74
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,29	0,00	0,61	3,61	0,00
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	17	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			417	6,38	4,86	23,54	164,52	0,74
Всего				14,47	6,57	87,53	469,36	11,70

Старшая медсестра Е.В.Рагузина / Е.В.Рагузина

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель СП «Детский сад Аленушка»

ГБОУ СОШ №3 города Похвистнево

_____ / Т.Г.Мелешкина

СП ГБОУ СОШ №3
города Похвистнево

МЕНЮ
2 февраля 2026 г.

Ясли 12 ч.

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ СЛАДКАЯ, С МАСЛОМ	150	1,88	0,22	13,57	63,88	0,00
2008	438	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			332	1,88	0,22	13,57	63,88	0,00
Второй завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ	150	0,00	0,00	15,16	60,64	0,00
Итого			150	0,00	0,00	15,16	60,64	0,00
Обед								
2012		ЛУК СВЕЖИЙ /КОЛЬЦАМИ/	25	0,34	0,05	2,00	9,98	1,00
2008	107	СУП С ГОЛУШКАМИ НА К/М БУЛЬОНЕ	180	2,43	0,35	17,57	82,82	4,37
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	0,66	0,04	2,47	13,45	4,32
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	1,01	0,18	6,05	30,24	0,00
Итого			584	4,44	0,62	28,09	136,49	9,69
Уплотнённый полдник								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	150	4,77	3,68	18,74	127,88	0,56
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,23	0,00	0,49	2,84	0,00
		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			315	5,00	3,68	19,23	130,72	0,56
Всего				11,32	4,52	76,05	391,73	10,25

Старшая медсестра Е.В.Рагузина