

# УТВЕРЖДЕНО

Руководитель СП «Детский сад Аленушка»

ГБОУ СОШ № 3 города Похвистнево

\_\_\_\_\_ / Т.Т. Мелешкина

СП ГБОУ СОШ №3  
города Похвистнево

## МЕНЮ

5 февраля 2026 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 ПШЕНИЧНАЯ СЛАДКАЯ ,С МАСЛОМ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,57	2,56	5,06	54,23	0,43
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			435	2,57	2,56	5,06	54,23	0,43
Второй завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	16,02	64,09	0,00
Итого			200	0,00	0,00	16,02	64,09	0,00
Обед								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ	60	0,83	3,46	4,43	52,50	2,05
2008	95	ЩИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,72	5,03	13,52	123,52	13,11
2012	306	БИТОЧКИ ИЗ МЯСА КУРИЦЫ	70	12,44	12,02	1,28	163,77	0,53
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	150	3,33	0,87	15,09	81,41	0,00
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	0,91	0,17	5,45	27,23	0,00
Итого			740	23,23	21,55	39,77	448,43	15,69
Уплотнённый полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	7,28	7,05	4,03	109,31	0,43
2008	431	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			337	7,57	7,05	4,64	112,92	0,43
Всего				33,37	31,16	65,49	679,67	16,55

Старшая медсестра \_\_\_\_\_ / Е.В. Пагузина

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель СП «Детский сад Аленушка»

ГБОУ СОШ № 3 города Похвистнево

Т.Г. Мелешкина

СП ГБОУ СОШ №3  
города Похвистнево

## МЕНЮ

5 февраля 2026 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 ПШЕНИЧНАЯ СЛАДКАЯ ,С МАСЛОМ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,23	2,36	3,98	46,71	0,40
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			330	2,23	2,36	3,98	46,71	0,40
Второй завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ	150	0,00	0,00	14,74	58,99	0,00
Итого			150	0,00	0,00	14,74	58,99	0,00
Обед								
2012	55	ИКРА ОВОЩНАЯ	40	0,57	2,27	3,02	35,13	1,45
2008	95	ЩИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,96	4,52	12,25	110,77	11,75
2012	306	БИТОЧКИ ИЗ МЯСА КУРИЦЫ	60	10,61	10,34	1,02	140,22	0,45
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	120	2,41	0,63	10,91	58,86	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,85	0,15	5,11	25,54	0,00
Итого			603	19,40	17,91	32,31	370,52	13,65
Уплотнённый полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	7,09	6,85	3,73	105,52	0,40
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,25	0,00	0,53	3,12	0,00
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			275	7,34	6,85	4,26	108,64	0,40
Всего				28,97	27,12	55,29	584,86	14,45

Старшая медсестра  / Е.В. Рагузина