

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель СП «Детский сад Аленушка»

ГБОУ СОШ № 3 города Похвистнево

/ Т.П. Мелешкина

СП ГБОУ СОШ №3
города Похвистнево**МЕНЮ**

11 марта 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЁННЫЙ	200	3,99	4,39	6,46	82,45	0,74
2008	438	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,05	0,05	1,27	6,08	0,53
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ,СЫРОМ	34	1,13	1,44	0,00	17,65	0,00
Итого			434	5,17	5,88	7,73	106,18	1,27
Второй завтрак								
к/к	к/к	НАПИТОК ИЗ СВ.АПЕЛЬСИНОВ	200	0,08	0,02	0,70	3,72	2,14
Итого			200	0,08	0,02	0,70	3,72	2,14
Обед								
2008	46	САЛАТ ОВОЩНОЙ	60	1,02	5,28	6,54	77,97	1,87
2012	62	ЩИ С КУРИЦЕЙ,СО СМЕТАНОЙ	200	5,51	4,93	12,44	117,39	12,38
2008	259	АЗУ	70	11,21	9,24	2,39	138,50	0,82
2008	181	ПЕРЛОВКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	150	2,68	0,32	19,27	90,74	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	15,96	63,83	0,00
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,68	0,12	4,09	20,46	0,00
Итого			741	21,10	19,89	60,69	508,89	15,07
Уплотнённый полдник								
2012	126	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ В МОЛОКЕ	200	4,67	3,10	22,38	136,86	9,80
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			416	4,67	3,10	22,38	136,86	9,80
Всего				31,02	28,89	91,50	755,65	28,28

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

11 марта 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								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЁННЫЙ	150	3,00	3,31	4,86	62,08	0,56
2008	438	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,05	0,05	1,16	5,57	0,49
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ,СЫРОМ	29	0,87	1,12	0,00	13,74	0,00
Итого			329	3,92	4,48	6,02	81,39	1,05
Второй завтрак								
к/к	к/к	НАПИТОК ИЗ СВ.АПЕЛЬСИНОВ	150	0,11	0,03	0,98	5,22	3,00
Итого			150	0,11	0,03	0,98	5,22	3,00
Обед								
2008	46	САЛАТ ОВОЩНОЙ	40	0,71	3,53	4,50	52,71	1,32
2012	62	ЩИ С КУРИЦЕЙ,СО СМЕТАНОЙ	180	4,70	4,23	11,18	102,66	10,59
2008	259	АЗУ	60	10,15	8,34	2,48	126,60	0,63
2008	181	ПЕРЛОВКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	120	2,01	0,23	14,42	67,90	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ	150	0,00	0,00	14,50	58,00	0,00
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	0,60	0,11	3,61	18,04	0,00
Итого			602	18,17	16,44	50,69	425,91	12,54
Уплотнённый полдник								
2012	126	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ В МОЛОКЕ	150	3,94	2,51	19,64	117,62	8,72
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			314	3,94	2,51	19,64	117,62	8,72
Всего				26,14	23,46	77,33	630,14	25,31

Старшая медсестра  / Е.В. Пагузина