

Утверждаю

Заведующий филиалом детский сад № 24 "УМКА"  
МАОУ СОШ № 14 им. В.Ф. Фуфачева  
\_\_\_\_\_/Черепанова И.Б./

## МЕНЮ

30 июня 2025 г.

### Ясли 10 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                             | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ (Я)            | 150   | 5,27              | 5,78    | 23,03            | 165,88                                   | 0,49                  |
| 2008                          | 5                   | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (Я)                          | 25    | 1,88              | 0,73    | 12,85            | 65,50                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) (Я)                             | 6     | 1,42              | 1,81    | 0,00             | 22,31                                    | 0,04                  |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(Я)              | 170   | 2,59              | 2,58    | 11,74            | 81,20                                    | 0,43                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (Я)                           | 5     | 0,03              | 4,13    | 0,04             | 37,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                | 356   | 11,19             | 15,03   | 47,66            | 372,29                                   | 0,96                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ (Я)                               | 75    | 0,38              | 0,08    | 7,58             | 32,25                                    | 1,50                  |
| Итого                         |                     |                                                | 75    | 0,38              | 0,08    | 7,58             | 32,25                                    | 1,50                  |
| Обед                          |                     |                                                |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 48                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ<br>(Я)              | 40    | 1,88              | 7,80    | 2,80             | 89,60                                    | 2,40                  |
| 2008                          | 83                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ<br>И СМЕТАНОЙ (Я) | 180   | 5,65              | 7,76    | 11,55            | 141,31                                   | 14,81                 |
| 2008                          | 259                 | ГУЛЯШ (Я)                                      | 60/60 | 13,28             | 35,11   | 6,25             | 393,14                                   | 1,06                  |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ (Я)             | 110   | 4,02              | 3,50    | 22,85            | 139,43                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 394                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (Я)                      | 150   | 0,00              | 0,00    | 5,44             | 21,77                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 67                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (Я)                                | 30    | 1,98              | 0,24    | 12,72            | 61,23                                    | 0,00                  |
|                               | 54                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (Я)                             | 15    | 1,16              | 0,10    | 7,59             | 35,68                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                | 825   | 34,19             | 69,82   | 88,02            | 1 126,02                                 | 34,97                 |
| Полдник                       |                     |                                                |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 482                 | ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ (Я)                       | 50    | 3,98              | 1,54    | 25,25            | 130,62                                   | 0,50                  |
| 2008                          | 434                 | КЕФИР ОБОГАЩЕННЫЙ (Я)                          | 150   | 4,43              | 3,82    | 6,11             | 80,98                                    | 0,44                  |
| Итого                         |                     |                                                | 200   | 8,41              | 5,36    | 31,36            | 211,60                                   | 0,94                  |
| Всего                         |                     |                                                |       | 54,17             | 90,29   | 174,62           | 1 742,16                                 | 38,37                 |

Бухгалтер

Кашина Т.В.

Повар

Чебурина О.В.

Утверждаю

Заведующий филиалом детский сад № 24 "УМКА"  
МАОУ СОШ № 14 им. В.Ф. Фужачева  
\_\_\_\_\_/Черепанова И.Б./

## МЕНЮ

30 июня 2025 г.

### Сад 10 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                              | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                 |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ (С)             | 200   | 7,04              | 7,82    | 30,95            | 223,44                                   | 0,65                  |
| 2008                          |                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (С)                           | 35    | 2,63              | 1,02    | 18,05            | 92,01                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) (С)                              | 9     | 2,12              | 2,69    | 0,00             | 33,20                                    | 0,06                  |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ<br>(С)               | 180   | 2,82              | 2,79    | 11,05            | 81,36                                    | 0,47                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (С)                            | 5     | 0,03              | 4,22    | 0,04             | 38,30                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 429   | 14,64             | 18,54   | 60,09            | 468,31                                   | 1,18                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ (С)                                | 100   | 0,50              | 0,10    | 10,10            | 43,00                                    | 2,00                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 100   | 0,50              | 0,10    | 10,10            | 43,00                                    | 2,00                  |
| Обед                          |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 48                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ<br>(С)               | 60    | 2,82              | 11,70   | 4,20             | 134,40                                   | 3,60                  |
| 2008                          | 83                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (С) | 200   | 6,78              | 6,23    | 15,68            | 149,39                                   | 20,18                 |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ (С)              | 130   | 6,01              | 0,71    | 38,53            | 184,72                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 259                 | ГУЛЯШ                                           | 70/70 | 14,47             | 38,39   | 6,79             | 429,48                                   | 1,18                  |
| 2008                          | 394                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (С)                       | 180   | 0,00              | 0,00    | 3,31             | 13,22                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 67                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (С)                                 | 38    | 2,50              | 0,30    | 16,10            | 77,50                                    | 0,00                  |
|                               | 54                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (С)                              | 20    | 1,54              | 0,13    | 10,12            | 47,56                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 768   | 34,12             | 57,46   | 94,73            | 1 036,27                                 | 24,96                 |
| Полдник                       |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 482                 | ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ (С)                        | 70    | 4,05              | 2,15    | 25,84            | 138,69                                   | 1,02                  |
| 2008                          | 434                 | КЕФИР ОБОГАЩЕННЫЙ (С)                           | 180   | 5,32              | 4,59    | 7,33             | 97,17                                    | 0,53                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 250   | 9,37              | 6,74    | 33,17            | 235,86                                   | 1,55                  |
| Всего                         |                     |                                                 |       | 58,63             | 82,84   | 198,09           | 1 783,44                                 | 29,69                 |

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Кашина Т.В.

\_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_ Чебурина О.В.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443807

Владелец Аджиумер Екатерина Геннадьевна

Действителен с 16.05.2025 по 16.05.2026