

Утверждаю

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

## МЕНЮ

10 ноября 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                          | 190                 | КАША "АССОТРИ"(Я)                  | 150   | 6,42              | 7,79    | 34,79            | 235,78                                   | 0,59                  |
| 2008                          | 5                   | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (Я)              | 25    | 1,88              | 0,73    | 12,85            | 65,50                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) (Я)                 | 6     | 1,38              | 1,76    | 0,00             | 21,66                                    | 0,04                  |
| 2012                          | 407                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ (Я)                  | 170   | 2,82              | 2,91    | 11,09            | 82,16                                    | 0,47                  |
| Итого                         |                     |                                    | 351   | 12,50             | 13,19   | 58,73            | 405,10                                   | 1,10                  |
| 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                          | 59                  | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (Я)                | 30    | 0,44              | 0,03    | 2,58             | 12,30                                    | 1,21                  |
| 2008                          | 90                  | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С<br>КУРОЙ     | 160   | 4,53              | 5,67    | 9,96             | 112,91                                   | 7,25                  |
| 2008                          | 272                 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ (Я)                 | 60    | 7,72              | 17,75   | 8,96             | 226,47                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 394                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (Я)          | 150   | 0,00              | 0,00    | 5,72             | 22,87                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 368                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (Я)                  | 30    | 0,68              | 2,95    | 2,72             | 40,26                                    | 0,06                  |
| 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                  |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ (Я) | 110   | 4,00              | 3,01    | 25,52            | 145,27                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                    | 745   | 24,70             | 44,96   | 86,02            | 856,72                                   | 16,02                 |
| Полдник                       |                     |                                    |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 453                 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (Я)            | 50    | 2,67              | 1,00    | 30,95            | 142,71                                   | 8,00                  |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР (Я)                          | 150   | 4,40              | 3,80    | 6,00             | 79,50                                    | 1,10                  |
| Итого                         |                     |                                    | 200   | 7,07              | 4,80    | 36,95            | 222,21                                   | 9,10                  |
| Всего                         |                     |                                    |       | 44,65             | 63,03   | 189,28           | 1 516,28                                 | 27,72                 |

Бухгалтер

Кашина Т.В.

Повар

Чебурина О.В.

Утверждаю

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

## МЕНЮ

10 ноября 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                          | 190                 | КАША "АССОРТИ" (С)                             | 200   | 6,43              | 8,61    | 38,42            | 257,70                                   | 0,52                  |
| 2008                          |                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (С)                          | 35    | 2,63              | 1,02    | 18,04            | 91,94                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) (С)                             | 9     | 2,09              | 2,66    | 0,00             | 32,80                                    | 0,06                  |
| к/к                           | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ (С)                              | 180   | 0,17              | 0,00    | 7,24             | 29,62                                    | 0,04                  |
| Итого                         |                     |                                                | 424   | 11,32             | 12,29   | 63,70            | 412,06                                   | 0,62                  |
| 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                          | 59                  | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (С)                            | 50    | 0,75              | 0,05    | 4,40             | 21,02                                    | 5,00                  |
| 2008                          | 90                  | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С<br>КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (С) | 180   | 5,74              | 5,13    | 14,10            | 129,37                                   | 13,90                 |
| 2008                          | 272                 | КОТЛЕТА МЯСНАЯ (С)                             | 70    | 9,00              | 20,42   | 10,49            | 261,83                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ (С)             | 130   | 6,03              | 0,72    | 38,66            | 185,39                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 364                 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 (С)                         | 30    | 0,53              | 2,94    | 2,16             | 36,60                                    | 0,60                  |
| 2008                          | 394                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (С)                      | 180   | 0,00              | 0,00    | 3,35             | 13,38                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 67                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ (С)                                | 38    | 2,50              | 0,30    | 16,10            | 77,50                                    | 0,00                  |
|                               | 54                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (С)                             | 15    | 1,16              | 0,10    | 7,59             | 35,67                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                | 693   | 25,71             | 29,66   | 96,85            | 760,76                                   | 19,50                 |
| Полдник                       |                     |                                                |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 453                 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (С)                        | 70    | 10,96             | 7,45    | 26,21            | 192,31                                   | 0,08                  |
| 2008                          | 434                 | КЕФИР ОБОГАЩЕННЫЙ (С)                          | 180   | 5,32              | 4,59    | 7,33             | 97,21                                    | 0,53                  |
| Итого                         |                     |                                                | 250   | 16,28             | 12,04   | 33,54            | 289,52                                   | 0,61                  |
| Всего                         |                     |                                                |       | 53,81             | 54,09   | 204,19           | 1 505,34                                 | 22,73                 |

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