

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 ноября 2025 г.

Сад 10 часов

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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (С)	130	13,00	21,62	2,08	255,06	0,16
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (С)	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (С)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	407	ЧАЙ С МОЛОКОМ (С)	180	3,00	3,10	11,80	87,40	0,50
Итого			350	18,66	29,87	31,91	471,56	0,66
II Завтрак								
	250	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (С)	95	0,00	0,00	3,44	38,24	9,56
Итого			95	0,00	0,00	3,44	38,24	9,56
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (С)	60	0,96	3,06	4,14	52,56	23,40
2008	76	БОРЩ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (С)	200	5,10	4,12	14,10	116,09	14,30
2008	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (С)	70	20,44	10,41	3,16	191,74	1,72
2008	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (С)	130	2,73	4,81	19,50	131,69	9,49
к/к	к/к	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (С)	180	0,54	0,22	15,56	76,85	66,43
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	33,43	23,02	80,15	682,10	115,34
Полдник								
2012	469	ВЕНСКАЯ БУЛОЧКА (С)	70	3,63	4,73	25,26	157,86	0,00
к/к	430	ЧАЙ С САХАРОМ (С)	180	0,17	0,00	6,24	25,63	0,04
Итого			250	3,80	4,73	31,50	183,49	0,04
Всего				55,89	57,62	147,00	1 375,39	125,60

Бухгалтер _____ Кашина Т.В.

Повар _____ Чебурина О.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 ноября 2025 г.

Ясли 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (Я)	110	10,81	8,04	1,97	131,63	0,15
2008	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (Я)	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (Я)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012	407	ЧАЙ С МОЛОКОМ (Я)	170	2,82	2,91	11,09	82,16	0,47
Итого			320	16,29	16,10	31,09	342,89	0,62
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (Я)	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	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (Я)	40	0,64	2,04	2,76	35,04	15,60
2008	76	БОРЩ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ (Я)	180	3,68	5,95	9,17	106,94	5,84
2008	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (Я)	60	17,53	8,82	2,73	163,46	1,49
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (Я)	110	2,21	2,54	15,10	92,23	7,36
к/к	к/к	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Я)	150	0,46	0,19	13,10	64,64	55,72
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			765	32,03	34,97	81,99	793,13	93,60
Полдник								
2012	469	ВЕНСКАЯ БУЛОЧКА (Я)	50	3,85	6,60	30,01	194,73	0,00
к/к	430	ЧАЙ С САХАРОМ (Я)	170	0,14	0,00	7,56	30,74	0,03
Итого			220	3,99	6,60	37,57	225,47	0,03
Всего			52,81	57,77	160,75	1 404,49	96,25	

Бухгалтер

Кашина Т.В.

Повар

Чебуринова О.В.