

Утверждаю

Заведующий филиалом детский сад № 24 "УМКА"

МАОУ СОШ № 14 им. В.Ф. Фуфачева

\_\_\_\_\_ /Черепанова И.Б./

## МЕНЮ

6 марта 2026 г.

### Ясли 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСА (Я)	150	5,56	8,48	20,95	183,00	0,52
2008	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (Я)	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (Я)	6	1,45	1,84	0,00	22,68	0,04
		ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (Я)	25	3,03	2,75	0,16	37,46	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (Я)	160	0,28	0,00	10,05	41,31	0,00
<b>Итого</b>			<b>361</b>	<b>11,82</b>	<b>13,65</b>	<b>41,44</b>	<b>336,85</b>	<b>0,56</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (Я)	75	0,38	0,08	7,58	32,25	1,50
<b>Итого</b>			<b>75</b>	<b>0,38</b>	<b>0,08</b>	<b>7,58</b>	<b>32,25</b>	<b>1,50</b>
<b>Обед</b>								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (Я)	45	1,69	4,78	3,65	64,17	3,75
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ (Я)	250	5,28	6,29	31,61	204,61	7,90
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (Я)	160	26,17	10,63	4,81	220,15	0,34
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (Я)	30	0,64	2,64	2,45	36,27	0,06
к/к	312	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (Я)	150	0,00	0,00	5,92	23,65	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
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>36,92</b>	<b>24,68</b>	<b>68,75</b>	<b>645,76</b>	<b>12,05</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР (Я)	150	4,40	3,80	6,00	79,50	1,10
2008	226	ПРЯНИКИ (Я)	45	1,22	1,51	49,01	138,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>195</b>	<b>5,62</b>	<b>5,31</b>	<b>55,01</b>	<b>217,90</b>	<b>1,10</b>
<b>Всего</b>				<b>54,74</b>	<b>43,72</b>	<b>172,78</b>	<b>1 232,76</b>	<b>15,21</b>

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 марта 2026 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСА (С)	200	6,99	9,38	25,87	216,85	0,65
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (С)	35	2,63	1,02	18,04	91,96	0,00
		ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (С)	25	3,04	2,75	0,16	37,52	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (С)	180	0,31	0,00	6,93	28,92	0,00
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>12,97</b>	<b>13,15</b>	<b>51,00</b>	<b>375,25</b>	<b>0,65</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (С)	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (С)	60	2,20	6,24	4,78	83,88	4,90
2008	118	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ (С)	250	5,31	6,38	31,71	206,08	7,90
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (С)	200	25,48	12,51	4,57	233,21	0,32
к/к	312	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (С)	180	0,00	0,00	3,36	13,42	0,00
2008	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ (С)	30	0,77	2,95	2,79	40,90	0,08
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
<b>Итого</b>			<b>773</b>	<b>37,42</b>	<b>28,48</b>	<b>70,90</b>	<b>690,66</b>	<b>13,20</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	КЕФИР ОБОГАЩЕННЫЙ (С)	180	5,32	4,58	7,33	97,16	0,53
2008		ПРЯНИКИ (С)	45	2,66	2,12	33,83	165,07	0,00
<b>Итого</b>			<b>225</b>	<b>7,98</b>	<b>6,70</b>	<b>41,16</b>	<b>262,23</b>	<b>0,53</b>
<b>Всего</b>				<b>58,87</b>	<b>48,43</b>	<b>173,16</b>	<b>1 371,14</b>	<b>16,38</b>

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