Утверждаю

руководитель

ГБОУ СОШ № 7 города Похвистнево

/Хрусталева Наталья Викторовна/

МЕНЮ

11 ноября 2026 г.

детский сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сливочное, сахарный песок, соль)	205	4,9	3	22,5	137	0,6
		БАТОН С ПОВИДЛОМ (батон простой, повидло)	30/15	2,7	0,3	24,8	113	0
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахарный песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	180	2,4	2	3,5	42	0,4
Итого			**430**	**10**	**5,3**	**50,8**	**292**	**1**
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ (йогурт 1,5% жирности)	180	2,9	2,2	4,4	71	1
Итого			**180**	**2,9**	**2,2**	**4,4**	**71**	**1**
Обед								
		СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (свекла)	50	0,7		3,9	19	4,5
2011		СУП С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ НА М\К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (говядина 1 категории, вода питьевая, лук репчатый, соль, мука пшеничная, яйца куриные (шт.), картофель, масло сливочное, сметана 15% жирности)	200	6,7	6,1	6,8	110	3,2
2012	38	КОТЛЕТЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ (говядина 1 категории, лук репчатый, яйца куриные (шт.), соль, масло растительное, мука пшеничная, томатная паста, масло сливочное)	70	9,2	7,9	0,7	111	0,5
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ (горох, соль, масло растительное)	130					0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	61					0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	23					0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахарный песок)	180	0,5	0,1	28,5	118	0
Итого			**714**	**17,1**	**14,1**	**39,9**	**358**	**8,2**
Ужин								
		ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА С МОЛОЧНОЙ ПОДЛИВОЙ (творог, сахарный песок, яйца куриные (шт.), крупа манная, соль, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сливочное)	170	3,2	2,4	6,8	61	0,3
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахарный песок, вода питьевая)	180	0,6	0,3	8,4	50	72
Итого			**350**	**3,8**	**2,7**	**15,2**	**111**	**72,3**
Всего				**33,8**	**24,3**	**110,3**	**832**	**82,5**

бухгалтер