Утверждаю

руководитель
ГБОУ СОШ № 7 города Похвистнево
/Хрусталева Наталья Викторовна/

МЕНЮ

16 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								
		ПИЛАВ (соль, крупа рисовая, масло растительное, лук репчатый, морковь)	150	3,5	0,5	36,5	164	0,2
		БАТОН С ПОВИДЛОМ (батон простой, повидло)	30/15	2,4	0,3	27,1	121	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахарный песок)	180	0,1		0,2	1	0
Итого			**375**	**6**	**0,8**	**63,8**	**286**	**0,2**
II Завтрак								
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	30	0,8	1	23,2	106	0
Итого			**30**	**0,8**	**1**	**23,2**	**106**	**0**
Обед								
2011		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый консервы, масло растительное, лук репчатый)	50	1,1	0,1	3,3	18	1,9
2011	101	СУП ПОЛЕВОЙ НА М\К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, пшено, морковь, лук репчатый, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль, говядина 1 категории)	200	6,7	5,5	16,3	144	4,4
2008	260	АЗУ (говядина б/к, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, огурцы соленые, картофель)	200	17,8	20	17,7	322	7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	33					0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	31					0
2011	388	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахарный песок)	180	0,7	0,3	9,4	55	80
Итого			**694**	**26,3**	**25,9**	**46,7**	**539**	**93,3**
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	200	4,6	3,9	17,4	124	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ (хлеб пшеничный)	33					0
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	3,5	2,2	19,1	111	0,5
Итого			**413**	**8,1**	**6,1**	**36,5**	**235**	**1,3**
Всего				**41,2**	**33,8**	**170,2**	**1166**	**94,8**

(картофель)