Утверждаю

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

МЕНЮ

12 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								
		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ (пшенная [illegible])	200	5,9	3,4	21,6	142	0,6
		БАТОН С СЫРОМ (батон [illegible])	33/15	2,6	0,3	16,2	79	0
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, [illegible])	180	2,4	1,9	4,7	46	0,4
Итого			428	10,9	5,6	42,5	267	1
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник [illegible])	180	0,6	0,3	8,4	50	72
Итого			180	0,6	0,3	8,4	50	72
Обед								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, [illegible])	80	0,9		2,4	14	7,2
2008	89	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ ([illegible])	200	6,3	4,5	15,6	130	5,6
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ ([illegible])	60/50	7,3	6,2	0,8	89	0,3
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (рис [illegible])	130	3,3	0,5	34,4	155	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	25					0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25					0
2011	355	КИСЕЛЬ (кисель [illegible])	180					0
Итого			720	17,8	11,2	53,2	388	13,1
Ужин								
2008	61	РЫБА ПО ПОЛЬСКИ ([illegible])	170	6	5,4	2	81	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	30					0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай [illegible])	180	0,1		0,2	1	0
Итого			380	6,1	5,4	2,2	82	0,2
Всего				35,4	22,5	106,3	797	86,3