

Утверждаю

Заместитель директора-руководитель Центра развития ребенка-детский сад 211  
МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС №2, Вектор,,  
Шубникова Е.М./



# МЕНЮ

16 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                         | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                            |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                            |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2010                          | 34                  | * КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ<br>«ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ<br>(вода питьевая, *сахар песок, *соль йодированная, *овсяные хлопья<br>"геркулес", *молоко пастер. 3,2% жирности)                                                 | 150   | 4,16              | 3,51       | 14,90            | 108,43                                             | 0,44                  |
| 2012                          | 397                 | * КАКАО С МОЛОКОМ<br>(*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2%<br>жирности)                                                                                                                       | 150   | 2,84              | 2,85       | 12,37            | 87,20                                              | 0,48                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                                                  | 25    | 2,00              | 0,25       | 12,28            | 59,50                                              | 0,00                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)<br>(*масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                                                                    | 7     | 0,07              | 5,81       | 0,07             | 52,50                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                            | 332   | 9,07              | 12,42      | 39,62            | 307,63                                             | 0,92                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                            |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 401                 | *СНЕЖОК<br>(*снежок 2,5 % жирности)                                                                                                                                                                                        | 120   | 3,38              | 2,91       | 4,66             | 61,69                                              | 0,34                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                            | 120   | 3,38              | 2,91       | 4,66             | 61,69                                              | 0,34                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                            |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 87                  | *СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАММИ<br>(*рыбн.консервы в масле. сардины атлантич., *картофель, *морковь,<br>*лук репчатый, *крупа рисовая , *масло сладко-сливочное несоленое,<br>вода питьевая, *масло подсолнечное рафинированое) | 150   | 5,40              | 3,50       | 9,91             | 93,00                                              | 3,74                  |
| 2012                          | 286                 | * ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ<br>(вода питьевая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое,<br>*мука пшеничная высш.сорт, * свинина б/к, *батон пшеничный<br>йодированный)                                                       | 60    | 9,21              | 23,34      | 7,59             | 96,11                                              | 0,48                  |
| 2012                          | 348                 | *СОУС ТОМАТНЫЙ №348<br>(вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука<br>пшеничная высш.сорт, *морковь, *лук репчатый, *сахар песок, *соль<br>йодированная, *томатная паста)                                     | 30    | 0,42              | 1,54       | 2,30             | 25,17                                              | 0,96                  |
| 2010                          | 74                  | * КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(*соль йодированная, *масло сладко-сливочное несоленое, вода<br>питьевая, *крупа гречневая ядрица)                                                                                         | 110   | 6,22              | 4,67       | 28,10            | 179,09                                             | 0,00                  |
| 2008                          |                     | *ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(*хлеб ржаной)                                                                                                                                                                                             | 33    | 2,19              | 0,29       | 14,03            | 67,50                                              | 0,00                  |
| 2010                          | 91                  | * КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода<br>питьевая)                                                                                                                  | 150   | 0,00              | 0,00       | 8,07             | 32,25                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                            | 533   | 23,44             | 33,34      | 70,00            | 493,12                                             | 5,18                  |
| Упллполдник                   |                     |                                                                                                                                                                                                                            |       |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 317                 | * МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ<br>(*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший<br>сорт)                                                                                                                  | 110   | 5,13              | 7,40       | 31,19            | 211,97                                             | 0,00                  |
| 2012                          |                     | СЫР (ПОРЦИЯМИ)<br>(*сыр )                                                                                                                                                                                                  | 13    | 2,91              | 3,71       | 0,00             | 45,67                                              | 0,04                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                                                  | 20    | 1,60              | 0,20       | 9,82             | 47,60                                              | 0,00                  |
| 2010                          | 96                  | * ЧАЙ<br>(*чай , вода питьевая)                                                                                                                                                                                            | 150   | 0,06              | 0,00       | 0,13             | 0,75                                               | 0,01                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                            | 293   | 9,70              | 11,31      | 41,14            | 305,99                                             | 0,05                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                            |       | 45,59             | 59,98      | 155,42           | 1 168,43                                           | 6,49                  |

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

Заместитель директора-руководитель Центра развития ребенка-  
детский сад 211  
МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС №2, Вектор,,  
Шубникова Е.М./

# МЕНЮ

16 апреля 2025 г.  
Сад 12 часов



| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                          | Выход | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тическая<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                             |       | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                               |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2010                          | 34                  | * КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ<br>«ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ<br>(*овсяные хлопья "геркулес", *сахар песок, *соль йодированная, вода<br>питьевая, *молоко пастер. 3,2% жирности)                                                  | 180   | 4,97              | 4,22       | 17,94            | 130,34                                        | 0,52                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                                                   | 30    | 2,40              | 0,30       | 14,73            | 71,40                                         | 0,00                  |
| 2012                          | 397                 | * КАКАО С МОЛОКОМ<br>(*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2%<br>жирности)                                                                                                                        | 180   | 3,41              | 3,42       | 14,79            | 104,48                                        | 0,57                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)<br>(*масло сладко-сливочное несоленое)                                                                                                                                                                     | 7     | 0,07              | 5,81       | 0,07             | 52,50                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                             | 397   | 10,85             | 13,75      | 47,53            | 358,72                                        | 1,09                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 401                 | *СНЕЖОК<br>(*снежок 2,5 % жирности)                                                                                                                                                                                         | 145   | 4,08              | 3,52       | 5,63             | 74,54                                         | 0,41                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                             | 145   | 4,08              | 3,52       | 5,63             | 74,54                                         | 0,41                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 87                  | *СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАММИ<br>(*рыбн.консервы в масле. сардины атлантич., *картофель, *морковь,<br>*лук репчатый, *крупа рисовая , *масло сладко-сливочное несоленое,<br>вода питьевая, *масло подсолнечное рафинированное) | 200   | 7,19              | 4,62       | 13,08            | 122,98                                        | 5,00                  |
| 2012                          | 286                 | * ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ<br>(вода питьевая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое,<br>*мука пшеничная высш.сорт, * свинина б/к, *батон пшеничный<br>йодированный)                                                        | 70    | 10,69             | 27,24      | 8,77             | 112,38                                        | 0,56                  |
| 2012                          | 348                 | *СОУС ТОМАТНЫЙ №348<br>(вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *мука<br>пшеничная высш.сорт, *морковь, *лук репчатый, *сахар песок, *соль<br>йодированная, *томатная паста)                                      | 40    | 0,55              | 1,98       | 3,07             | 32,89                                         | 1,29                  |
| 2010                          | 74                  | * КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(*соль йодированная, вода питьевая, *масло сладко-сливочное<br>несоленое, *крупа гречневая ядрица)                                                                                          | 130   | 7,32              | 5,55       | 33,15            | 211,53                                        | 0,00                  |
| 2008                          |                     | *ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(*хлеб ржаной)                                                                                                                                                                                              | 40    | 2,65              | 0,35       | 16,96            | 81,58                                         | 0,00                  |
| 2010                          | 91                  | * КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода<br>питьевая)                                                                                                                   | 180   | 0,00              | 0,00       | 9,68             | 38,70                                         | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                             | 660   | 28,40             | 39,74      | 84,71            | 600,06                                        | 6,85                  |
| Упполдник                     |                     |                                                                                                                                                                                                                             |       |                   |            |                  |                                               |                       |
| 2012                          | 317                 | * МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ<br>(*масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший<br>сорт)                                                                                                                   | 130   | 6,05              | 8,86       | 36,76            | 251,10                                        | 0,00                  |
| 2012                          |                     | СЫР (ПОРЦИЯМИ)<br>(*сыр )                                                                                                                                                                                                   | 15    | 3,39              | 4,31       | 0,00             | 53,12                                         | 0,04                  |
| 2008                          |                     | *БАТОН<br>(*батон пшеничный йодированный)                                                                                                                                                                                   | 25    | 2,00              | 0,25       | 12,28            | 59,50                                         | 0,00                  |
| 2010                          | 96                  | * ЧАЙ<br>(*чай , вода питьевая)                                                                                                                                                                                             | 180   | 0,08              | 0,00       | 0,16             | 0,96                                          | 0,02                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                             | 350   | 11,52             | 13,42      | 49,20            | 364,68                                        | 0,06                  |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                             |       | 54,85             | 70,43      | 187,07           | 1 398,00                                      | 8,41                  |

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.