

Утверждаю  
 ГБОУ СОШ "ОГ" Южный город пос. Придорожный  
 Штерман М.И./

**МЕНЮ**  
 18 февраля 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
			170	6,44	8,74	23,08	197,54	0,82
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	160	3,56	3,03	9,39	79,90	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	20	1,80	0,20	9,82	47,60	0,00
2008		БАТОН	6	0,06	4,96	0,06	44,82	0,03
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	2,18	2,77	0,00	34,25	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	366	13,84	19,70	42,35	404,11	1,27
<b>Итого</b>								
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
<b>Итого</b>			115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
<b>Обед</b>								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	0,63	2,33	3,28	36,75	1,67
2008	96	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,58	8,41	16,13	166,80	8,00
2021	212/1	ЛАПШЕВНИК С КУРИНЫМ МЯСОМ	130	9,35	10,45	19,99	211,43	0,22
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,57	0,80	3,01	21,94	1,34
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,44	29,76	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
<b>Итого</b>			549	18,98	22,29	68,37	554,83	11,23
<b>Полдник</b>								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	0,13	0,13	8,36	35,97	1,33
2012	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	30	1,58	0,34	8,68	44,08	0,04
<b>Итого</b>			210	1,71	0,47	17,04	80,05	1,37
<b>Ужин</b>								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	45	РАГУ ОВОЩНОЕ	170	4,43	6,01	21,95	161,29	19,76
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	7,85	32,17	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
<b>Итого</b>			410	10,90	10,68	38,55	295,54	19,80
<b>Всего</b>				46,01	53,26	177,79	1 384,37	35,99

Мед.сестра \_\_\_\_\_

Кучкина Ю.В.

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город пос. Придорожный  
Штерман М.И./

**МЕНЮ**  
18 февраля 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,20	7,74	26,64	205,72	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,91	3,31	10,95	90,23	0,68
2008		БАТОН	35	2,84	0,35	17,40	84,35	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	1,75	2,21	0,00	27,33	0,02
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>15,76</b>	<b>18,59</b>	<b>55,05</b>	<b>452,63</b>	<b>1,32</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
<b>Итого</b>			<b>115</b>	<b>0,58</b>	<b>0,12</b>	<b>11,48</b>	<b>49,84</b>	<b>2,32</b>
<b>Обед</b>								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,68	2,63	3,63	41,16	1,86
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,40	7,22	18,03	167,34	9,03
2021	212/1	ЛАПШЕВНИК С КУРИНЫМ МЯСОМ	150	12,93	11,39	28,47	268,16	0,26
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,45	1,03	2,35	20,74	0,86
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,68	34,72	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,46	0,28	22,77	107,44	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,67	0,22	10,71	51,51	0,00
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>25,59</b>	<b>22,77</b>	<b>94,64</b>	<b>691,07</b>	<b>12,01</b>
<b>Полдник</b>								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	200	0,14	0,14	8,61	37,02	1,36
2012	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,67	0,90	27,83	137,97	0,08
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>4,81</b>	<b>1,04</b>	<b>36,44</b>	<b>174,99</b>	<b>1,44</b>
<b>Ужин</b>								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,30	0,00
2012	45	РАГУ ОВОЩНОЕ	190	4,84	8,62	26,07	203,04	23,33
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	7,94	32,54	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,67	0,22	10,71	51,51	0,00
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>11,67</b>	<b>13,33</b>	<b>44,99</b>	<b>348,39</b>	<b>23,37</b>
<b>Всего</b>				<b>58,41</b>	<b>55,85</b>	<b>242,60</b>	<b>1 716,92</b>	<b>40,46</b>

Мед. сестра

*Ю. В. Кучкина*

Кучкина Ю. В.