

Утверждаю

Директор  
МБОУ "Борская средняя общеобразовательная школа"  
\_\_\_\_\_/Егорова Н.Л./

**МЕНЮ**  
**6 октября 2025 г.**  
**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                             | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ        | 145   | 3,22              | 3,05    | 20,55            | 122,52                                   | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 155   | 1,13              | 0,00    | 9,89             | 44,00                                    | 0,23                  |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                        | 30    | 2,25              | 2,94    | 22,32            | 125,10                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                | 330   | 6,60              | 5,99    | 52,76            | 291,62                                   | 0,23                  |
| Обед                          |                     |                                                |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                | 53    | 0,43              | 0,05    | 0,91             | 6,93                                     | 2,67                  |
| 2008                          | 76                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ.КУРИЦЕЙ И<br>СМЕТАНОЙ          | 150   | 8,23              | 10,72   | 13,80            | 190,62                                   | 11,97                 |
| 2008                          | 311                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                  | 150   | 11,63             | 14,67   | 27,32            | 288,08                                   | 1,42                  |
| к/к                           | к/к                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 150   | 0,00              | 0,00    | 6,45             | 25,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          | К/К                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            | 40    | 2,65              | 0,35    | 16,96            | 81,58                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                | 543   | 22,94             | 25,79   | 65,44            | 593,01                                   | 16,06                 |
| Полдник                       |                     |                                                |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                              | 150   | 11,40             | 21,93   | 6,53             | 269,95                                   | 0,68                  |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                     | 150   | 3,03              | 2,43    | 12,26            | 83,69                                    | 0,52                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 40    | 3,00              | 1,16    | 20,56            | 104,80                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                | 340   | 17,43             | 25,52   | 39,35            | 458,44                                   | 1,20                  |
| Всего                         |                     |                                                |       | 46,97             | 57,30   | 157,55           | 1 343,07                                 | 17,49                 |