

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**2 декабря 2025 г.**

**Сад 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                       |                     |                                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ                            | 180    | 8,46              | 8,95    | 34,17            | 252,18                                   | 0,94                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                              | 180    | 5,20              | 4,37    | 17,44            | 131,38                                   | 0,87                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                | 41     | 3,08              | 1,19    | 21,10            | 107,56                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                              | 401    | 16,74             | 14,51   | 72,71            | 491,12                                   | 1,81                  |
| Обед                          |                     |                                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 41                  | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ                                             | 65     | 1,05              | 1,60    | 6,79             | 46,29                                    | 10,04                 |
| 2008                          | 111                 | СУП С МАКАРОННЫМИ<br>ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИННЫМИ<br>ФРИКАДЕЛЬКАМИ  | 200/25 | 8,39              | 9,03    | 10,20            | 155,55                                   | 5,31                  |
| 2008                          | 299                 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С<br>МЯСОМ                            | 190    | 11,86             | 28,82   | 21,87            | 400,30                                   | 10,66                 |
| 2008                          | К/К                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                          | 50     | 3,31              | 0,44    | 21,20            | 101,98                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА<br>ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С<br>ВИТАМИНОМ "С" | 180    | 0,00              | 0,00    | 25,32            | 101,24                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                              | 710    | 24,61             | 39,89   | 85,38            | 805,36                                   | 26,01                 |
| Полдник                       |                     |                                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 219                 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С<br>ДЖЕМОМ                               | 140/30 | 25,25             | 16,88   | 40,66            | 417,15                                   | 5,36                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                | 135    | 0,63              | 0,00    | 9,47             | 40,38                                    | 0,13                  |
| 2008                          | К/К                 | БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                                    | 41     | 3,08              | 1,19    | 21,10            | 107,56                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                              | 346    | 28,96             | 18,07   | 71,23            | 565,09                                   | 5,49                  |
| Всего                         |                     |                                                              |        | 70,31             | 72,47   | 229,32           | 1 861,57                                 | 33,31                 |