

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**9 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                       |                     |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 213                 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                  | 40     | 4,96              | 4,49    | 0,27             | 61,29                                    | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ              | 180    | 9,00              | 9,84    | 31,97            | 253,44                                   | 0,89                  |
| 2012                          | 395                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                     | 180    | 5,30              | 4,39    | 17,46            | 131,84                                   | 0,94                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 43     | 3,21              | 1,24    | 21,97            | 112,01                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                | 443    | 22,47             | 19,96   | 71,67            | 558,58                                   | 1,83                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ                                 | 134    | 0,40              | 0,00    | 22,19            | 91,46                                    | 8,07                  |
| Итого                         |                     |                                                | 134    | 0,40              | 0,00    | 22,19            | 91,46                                    | 8,07                  |
| Обед                          |                     |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 92                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ<br>И КУРОЙ         | 215/10 | 11,91             | 13,62   | 22,81            | 261,70                                   | 7,18                  |
| 2008                          | 232                 | СОЛЯНКА ОВОЩНАЯ С МЯСОМ                        | 215    | 9,83              | 16,78   | 24,02            | 288,48                                   | 29,58                 |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            | 43     | 2,87              | 0,38    | 18,37            | 88,38                                    | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 180    | 0,00              | 0,00    | 7,50             | 29,99                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                | 663    | 24,61             | 30,78   | 72,70            | 668,55                                   | 36,76                 |
| Полдник                       |                     |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С<br>ДЖЕМОМ               | 115/30 | 22,34             | 14,67   | 37,94            | 377,76                                   | 12,15                 |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 47     | 3,54              | 1,37    | 24,29            | 123,80                                   | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 135    | 0,58              | 0,00    | 12,11            | 50,76                                    | 0,12                  |
| Итого                         |                     |                                                | 327    | 26,46             | 16,04   | 74,34            | 552,32                                   | 12,27                 |
| Всего                         |                     |                                                |        | 73,94             | 66,78   | 240,90           | 1 870,91                                 | 58,93                 |