

Утверждаю

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

МЕНЮ
13 октября 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155	3,79	1,91	24,26	129,43	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	36	2,73	3,56	27,05	151,64	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	140	0,35	0,00	10,42	43,05	0,07
Итого			331	6,87	5,47	61,73	324,12	0,07
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	108	0,32	0,00	17,85	73,56	6,49
Итого			108	0,32	0,00	17,85	73,56	6,49
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,15	7,27	7,58
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	7,44	8,76	9,38	151,83	11,97
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	1,85	3,17	19,40	113,52	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	12,04	14,78	5,12	201,55	0,46
2012	363	СОУС	50	0,62	2,99	3,62	43,99	0,66
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,39	0,16	11,70	57,17	47,27
Итого			595	25,32	30,27	67,33	656,91	67,94
Полдник								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	34	0,64	3,00	2,59	40,09	2,36
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,89	3,15	22,67	135,14	10,57
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	4,09	3,38	17,11	116,05	0,72
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,45	0,95	16,82	85,74	0,00
Итого			357	11,07	10,48	59,19	377,02	13,65
Всего				43,58	46,22	206,10	1 431,61	88,15