

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 сентября 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	150	3,45	3,96	22,08	137,84	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	145	1,13	0,00	8,81	39,70	0,23
2008		ПЕЧЕНЬЕ	39	2,92	3,81	28,93	162,17	0,00
Итого			334	7,50	7,77	59,82	339,71	0,23
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2008	88	ЩИ ИЗКВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	7,49	9,19	9,56	156,38	12,14
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	115	1,88	3,81	19,76	120,95	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	12,33	15,76	5,05	211,29	0,46
2012	363	СОУС	50	0,69	3,63	4,04	51,77	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	0,41	0,16	12,17	59,46	48,88
Итого			600	25,69	32,93	68,05	685,33	63,64
Полдник								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,76	3,57	3,09	47,74	2,81
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,39	4,25	18,52	126,33	8,46
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	4,05	3,40	13,55	101,88	0,73
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,67	1,03	18,28	93,16	0,00
Итого			346	10,87	12,25	53,44	369,11	12,00
Всего				44,06	52,95	181,31	1 394,15	75,87