

Утверждаю

Директор  
МОУ Леснополянская НШ им. К.Д. Ушинского ЯМР  
\_\_\_\_\_/Лозинская Г.В./

**МЕНЮ**

8 сентября 2025 г.

**Сад 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,32	0,90	15,91	81,11	0,00
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	4,69	6,49	18,36	151,33	0,58
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,36	2,72	15,64	101,22	0,58
<b>Итого</b>			<b>419</b>	<b>10,47</b>	<b>18,41</b>	<b>50,01</b>	<b>408,66</b>	<b>1,16</b>
<b>Обед</b>								
2008		*ОВОЩИ СВЕЖИЕ	35	0,28	0,03	0,87	4,88	3,49
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ , ГРЕНКАМИ И МЯСОМ	250	8,49	6,90	26,82	203,78	4,52
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ МЯСНАЯ	75	11,53	24,67	10,76	311,27	0,18
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,59	3,55	15,85	106,61	12,93
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,05	0,05	15,28	62,11	0,55
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,53	0,34	16,18	77,86	0,00
<b>Итого</b>			<b>728</b>	<b>25,47</b>	<b>35,54</b>	<b>85,76</b>	<b>766,51</b>	<b>21,67</b>
<b>Полдник</b>								
		СНЕЖОК	165	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>165</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	140/35	27,34	14,93	49,20	441,73	14,62
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С"	185	0,00	0,00	25,36	101,47	0,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,32	0,90	15,91	81,11	0,00
<b>Итого</b>			<b>391</b>	<b>29,66</b>	<b>15,83</b>	<b>90,47</b>	<b>624,31</b>	<b>14,62</b>
<b>Всего</b>				<b>65,60</b>	<b>69,78</b>	<b>226,24</b>	<b>1 799,48</b>	<b>37,45</b>