

Согласовано

директор
МОУ "Беседская ООШ"
Сафиханова И.В./

МЕНЮ

5 марта 2025 г.

Ясли 10,5 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								
2008	328	КАША "АРТЕКОВСКАЯ"	150	4,2	6,9	19,6	159	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,7	13,9	94	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	24/4/10	4,2	7	12,3	130	0,1
Итого			358	11,5	16,6	45,8	383	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5		12,7	55	4
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63	0
Итого			115	1,6	1,5	23,9	118	4
Обед								
2008		СУП РЫБНЫЙ	150	9	2,5	10	99	3,1
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	60	11,4	11,9	2,3	164	0,8
2008	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	120	4,1	5	26,1	166	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,5	1	2,6	22	1,4
Итого			540	27	20,7	60,7	540	5,9
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	1,8	4,2	2,4	54	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/10	0,1		5,4	23	0,8
2008		БАТОН	23	1,7	0,7	11,8	60	0
Итого			283	3,6	4,9	19,6	137	1,1
Всего				43,7	43,7	150	1178	12,1

Согласовано

директор

МОУ "Беседская ООШ"

/Сафиханова И.В./

МЕНЮ

5 марта 2025 г.

Сад 10,5 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								
2008	328	КАША "АРТЕКОВСКАЯ"	150	4,7	4,6	24,2	158	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,3	16	110	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	33/5/16	6,3	10	17	184	0,1
Итого			404	14,8	17,9	57,2	452	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	133	0,7	0,1	13,5	57	2,7
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			158	2,6	2,6	32,1	161	2,7
Обед								
2008		СУП РЫБНЫЙ	200	11	3,7	15,4	140	4
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	80	13,2	13,5	3,2	190	0,8
2008	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	140	5,6	6	36,9	225	0,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,7	2	3,9	37	2
Итого			688	33	25,5	83,5	702	7,5
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	1,8	5,8	2,4	69	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10	0,2		6,5	29	1,6
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			330	4,3	6,7	24,3	177	1,9
Всего				54,7	52,7	197,1	1492	13,3

Согласовано

директор

МОУ "Беседская ООШ"

/Сафиханова И.В./

МЕНЮ

6 марта 2025 г.

Ясли 10,5 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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	6,8	19,9	157	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,7	13,9	94	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/5	1,8	4,8	12,3	100	0
Итого			349	8,8	14,3	46,1	351	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	115	0,6		14,6	63	4,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63	0
Итого			130	1,7	1,5	25,8	126	4,6
Обед								
2008	75	СВЕКОЛЬНИК	150	5,1	5,9	9,1	113	4,3
2008	60	СЕЛЬДЬ	60	10,4	10,3		134	0
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	120	3,1	2,9	21,7	129	12,9
2008	410	КИСЕЛЬ	150			15,9	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
к/к	к/к	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	30	0,9	0,1	2	12	1,2
Итого			540	21,5	19,5	61,4	513	18,4
Полдник								
2008	166	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	90	3,1	5,9	16,9	136	8,9
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,6	1,3	7,6	48	0,3
2008		БАТОН	23	1,7	0,7	11,8	60	0
Итого			273	6,4	7,9	36,3	244	9,2
Всего				38,4	43,2	169,6	1234	33,2

Согласовано

директор

МОУ "Беседская ООШ"

Сафиханова И.В./

МЕНЮ

6 марта 2025 г.

Сад 10,5 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								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,6	7,1	26,6	190	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,2	16	109	0,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33/5	2,5	5,1	17	124	0
Итого			418	10,9	15,4	59,6	423	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	116	0,6	0,1	11,7	50	2,3
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			141	2,5	2,6	30,3	154	2,3
Обед								
2008	75	СВЕКОЛЬНИК	200	5,5	7,1	10,5	131	5
2008	60	СЕЛЬДЬ	70	12,2	12		157	0
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	140	3,3	3	23,8	138	14,4
2008	411	КИСЕЛЬ	180			19,9	80	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
к/к	к/к	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50	1,6	0,1	3,3	20	2
Итого			678	25,1	22,5	73,6	604	21,4
Полдник								
2008	166	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	100	3,5	6	18,4	145	8,9
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,7	1,5	9,1	58	0,3
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			320	7,5	8,4	42,9	282	9,2
Всего				46	48,9	206,4	1463	34,1

Согласовано

директор

МОУ "Беседская ООШ"
/Сафиханова И.В./**МЕНЮ**

11 марта 2025 г.

Ясли 10,5 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								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	130/10	18,8	15,4	15	282	0,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	170/10	0,1		9,4	39	0,8
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/5	1,8	4,8	12,3	100	0
Итого			349	20,7	20,2	36,7	421	1
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
2008	107	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/9	11,3	8,2	20,5	203	3,1
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	14,8	7,1	8,1	177	10,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,6	5,8	20,3	149	9,1
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,5	0,8	2,6	22	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,5	1	0,8	15	7,5
Итого			579	32,7	23,2	72	655	31,1
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	90	1,8	3,5	10,9	83	9,4
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,8	7,2	81	0,8
2008		БАТОН	23	1,7	0,7	11,8	60	0
Итого			273	7,8	8	29,9	224	10,2
Всего				62,7	51,9	159,6	1396	52,3

Согласовано



директор
МОУ "Беседская ООШ"
Сафиханова И.В./

МЕНЮ

11 марта 2025 г.

Сад 10,5 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								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150/12	23,2	19,1	24,3	371	0,3
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10	0,2		11,5	49	1,6
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33/5	2,5	5,1	17	124	0
Итого			410	25,9	24,2	52,8	544	1,9
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	1,6	0,5	22,3	102	10,6
Итого			100	1,6	0,5	22,3	102	10,6
Обед								
2008	107	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/11	16	10,6	29,7	281	3,6
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	18,7	9,1	9,2	219	13,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	4,1	7	24,1	177	10,7
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	35	0,6	0,9	2,6	24	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	1	1,4	19	13,5
Итого			734	42,7	28,9	90,1	826	42
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	100	1,9	3,5	11	84	9,4
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,5	8,6	97	0,9
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			320	9,2	8,9	35	260	10,3
Всего				79,4	62,5	200,2	1732	64,8



директор
МОУ "Беседская ООШ"
/Сафиханова И.В./

МЕНЮ

12 марта 2025 г.

Ясли 10,5 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,9	6,9	21,9	171	0,5
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,7	13,9	94	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	24/4/10	4,2	7	12,3	130	0,1
Итого			358	12,2	16,6	48,1	395	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	115	0,6		14,6	63	4,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63	0
Итого			130	1,7	1,5	25,8	126	4,6
Обед								
2008	102	СУП С ФАСОЛЬЮ	150	8,1	7,8	11	149	3,9
2008	231	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	11,3	2,4	1,7	75	1,2
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	120	3,1	3,6	23,8	141	10,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
Итого			540	24,7	14,1	56,7	458	17
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	10,5	6	38,9	253	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,8	7,2	81	0,8
2008		БАТОН	23	1,7	0,7	11,8	60	0
Итого			283	16,5	10,5	57,9	394	0,9
Всего				55,1	42,7	188,5	1373	23,6

Согласовано



директор

МОУ "Беседская ООШ"

Сафиханова И.В./

МЕНЮ

12 марта 2025 г.

Сад 10,5 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								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,8	7,2	26,9	197	0,6
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,3	16	110	0,6
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	33/5/17	6,5	10,3	17	188	0,1
Итого			435	16,1	20,8	59,9	495	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	116	0,6	0,1	11,7	50	2,3
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			141	2,5	2,6	30,3	154	2,3
Обед								
2008	102	СУП С ФАСОЛЬЮ	200	10,2	9,1	14,6	184	5,1
2008	231	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	12,8	2,5	2,1	84	1,4
2008	143	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	140	3,3	4,6	25,4	157	11,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7	2,5
Итого			688	29,2	16,6	67,1	542	20,2
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	16,6	11,2	47,6	361	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,5	8,6	97	0,9
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			330	23,9	16,6	71,6	537	1
Всего				71,7	56,6	228,9	1728	24,8

Согласовано

директор

МОУ "Беседская ООШ"

/Сафиханова И.В./

МЕНЮ

13 марта 2025 г.

Если 10,5 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,5	7,5	18,1	160	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,7	2,3	14,4	90	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/5	1,8	4,8	12,3	100	0
Итого			349	9	14,6	44,8	350	1
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
2008	75	БОРЩ	150	5,4	5,8	9,1	112	8,3
2008	260	АЗУ	180	13,6	12,8	20,6	257	9,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
к/к	к/к	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	30	3	1,5	18	98	0,8
Итого			540	24	20,4	67,4	556	18,9
Полдник								
2008	156	КАПУСТНАЯ ЗАПЕКАНКА	90	2	5,3	9,7	97	9
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,6	1,3	7,6	48	0,3
2008		БАТОН	23	1,7	0,7	11,8	60	0
Итого			273	5,3	7,3	29,1	205	9,3
Всего				39,8	42,8	162,3	1207	39,2

Согласовано

директор

МОУ "Беседская ООШ"

Сафиханова И.В./

МЕНЮ

13 марта 2025 г.

Сад 10,5 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,1	8	20,8	177	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,5	16,1	100	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33/5	2,5	5,1	17	124	0
Итого			418	10,7	15,6	53,9	401	1,1
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	10,4	50	10,6
Итого			100	0,4	0,4	10,4	50	10,6
Обед								
2008	75	БОРЩ	200	5,7	6,1	10,2	122	9,2
2008	260	АЗУ	180	16,1	14,6	25	302	11,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
к/к	к/к	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50	5	2,5	30	163	1,4
Итого			648	29,3	23,5	89,3	697	22,3
Полдник								
2008	156	КАПУСТНАЯ ЗАПЕКАНКА	100	2,4	5,3	11,5	106	10,8
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,7	1,3	8,8	53	0,3
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			320	6,4	7,5	35,7	238	11,1
Всего				46,8	47	189,3	1386	45,1

Согласовано

директор

МОУ "Беседская ООШ"

Сафиханова И.В./

МЕНЮ

14 марта 2025 г.

Ясли 10,5 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								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4,4	7	18,9	157	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,7	2,3	14,4	90	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/5	1,8	4,8	12,3	100	0
Итого			349	8,9	14,1	45,6	347	1
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			100	1,5	0,5	21	96	10
Обед								
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	150	6,7	7,7	9,8	136	3,1
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	12,1	4,7	6,1	116	0,5
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ	120	2,9	3,9	16,1	113	12,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7	28	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
Итого			540	23,9	16,6	52,2	458	17,5
Полдник								
2008	467	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	100	6,7	7,3	47,7	285	0,2
2008	434	КЕФИР	130	3,8	3,3	5,2	69	0,9
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			330	12	11,1	73,9	450	11,1
Всего				46,3	42,3	192,7	1351	39,6

Согласовано

директор

МОУ "Беседская ООШ"

Сафиханова И.В./

МЕНЮ

14 марта 2025 г.

Сад 10,5 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								
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,6	7,5	26,4	196	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,5	16,1	100	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	33/5	2,5	5,1	17	124	0
Итого			418	11,2	15,1	59,5	420	1,1
II Завтрак								
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	1,6	0,5	22,3	102	10,6
Итого			100	1,6	0,5	22,3	102	10,6
Обед								
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	9	10	18,6	202	4
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	14,2	5	9,7	142	0,6
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ	140	3,4	4,9	19,1	135	14,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	7	2,5
Итого			688	29,5	20,3	72,4	596	21,3
Полдник								
2008	467	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	110	7,9	10,3	57,7	356	0,2
2008	434	КЕФИР	155	4,5	3,9	6,2	82	1,1
2008		СВЕЖИЕ ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого			365	13,9	14,7	84,9	534	11,3
Всего				56,2	50,6	239,1	1652	44,3

Согласовано



директор

МОУ "Беседская ООШ"

/Сафиханова И.В./

МЕНЮ

17 марта 2025 г.

Сад 10,5 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								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5	7,2	23,4	179	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,5	16,1	100	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	33/5/17	6,5	10,3	17	188	0,1
Итого			435	14,6	20	56,5	467	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	111	0,6	0,1	11,2	48	2,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
Итого			136	2,5	2,6	29,8	152	2,2
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	8,8	10,1	16,4	192	4
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	220	19,7	17,3	5,7	264	16,3
2008	411	КИСЕЛЬ	180			19,9	80	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
к/к	к/к	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50	1,6	0,1	3,3	20	2
Итого			688	32,6	27,8	61,4	634	22,3
Полдник								
2008	299	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ В МОЛОКЕ	100	2,7	3,4	18,9	118	8,9
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,7	1,3	8,8	53	0,3
2008		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	79	0
Итого			320	6,7	5,6	43,1	250	9,2
Всего				56,4	56	190,8	1503	34,9

Согласовано



директор
ООШ "Беседская"
Сафиханова И.В./

МЕНЮ

17 марта 2025 г.

Если 10,5 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								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,3	6,8	18,6	154	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,7	2,3	14,4	90	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	24/4/10	4,2	7	12,3	130	0,1
Итого			358	11,2	16,1	45,3	374	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	111	0,6		14,1	61	4,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63	0
Итого			126	1,7	1,5	25,3	124	4,4
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	7,3	7,8	13,3	154	3,1
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	18,8	16,5	5,6	252	15,9
2008	410	КИСЕЛЬ	150			15,9	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
к/к	к/к	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	30	0,9	0,1	2	12	1,2
Итого			540	29	24,7	49,5	543	20,2
Полдник								
2008	299	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ В МОЛОКЕ	90	2,5	2,6	17,3	103	8,1
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	10					0
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,6	1,3	7,6	48	0,3
2008		БАТОН	23	1,7	0,7	11,8	60	0
Итого			273	5,8	4,6	36,7	211	8,4
Всего				47,7	46,9	156,8	1252	34,1