Утверждаю

И.О. Заведующего
ОДО ГБОУ школа № 601
_____/Бабаева Н. Б./

МЕНЮ

2 октября 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,28	2,93	16,29	95,53	4,42
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	6,20	6,88	30,26	208,28	0,52
2024	ТК № 31	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,05	24,74	0,03
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,02	10,00
Итого			**460**	**8,02**	**10,21**	**62,40**	**375,57**	**14,97**
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	5,80	5,00	8,00	106,00	1,40
Итого			**200**	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**106,00**	**1,40**
Обед								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	50	0,65	0,00	2,45	13,00	125,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	4,03	5,80	6,67	99,86	3,82
2024	ТК № 35	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12,43	11,05	10,16	189,60	0,00
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	3,22	9,81	22,73	197,13	10,71
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,79	27,16	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			**710**	**24,57**	**27,79**	**76,94**	**666,54**	**139,53**
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	12,08	16,31	22,58	285,92	11,10
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	7,77	33,16	1,16
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,63	51,17	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,11	3,95	38,74	210,71	0,00
Итого			**485**	**19,05**	**20,49**	**79,72**	**580,96**	**12,26**
Всего				**57,44**	**63,49**	**227,06**	**1 729,07**	**168,16**

Медсестра _____ Житяйкина И.А.