

Утверждаю

И.О. Заведующего

ОДО ГБОУ школа № 601

/Бабаева Н. Б./

МЕНЮ

5 октября 2026 г.

Сад 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 38	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	8,36	7,71	42,03	272,02	0,82
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,18	2,43	13,02	87,29	0,52
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			480	16,26	13,87	73,43	491,11	61,41
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	5,94	5,12	9,83	110,52	1,10
Итого			200	5,94	5,12	9,83	110,52	1,10
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,40	1,05	1,24	15,92	4,95
2024	ТК № 39	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20	5,75	2,98	26,25	155,06	2,70
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16,76	6,19	2,79	153,69	13,25
2012	331	КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	130	1,42	2,55	7,99	61,33	7,32
2024	ТК № 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,31	0,07	15,71	65,25	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			720	28,88	13,97	82,12	591,04	28,22
Полдник								
2024	ТК № 41	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	8,77	6,03	9,00	125,19	0,18
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,75	4,55	22,18	140,85	11,20
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	14,56	74,10	72,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2024	ТК № 42	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
Итого			470	17,42	13,18	91,69	566,43	83,38
Всего				68,50	46,14	257,07	1 759,10	174,11

Медсестра

Житяйкина И.А.

Житяйкина И.А.