

Утверждаю

А.И.И.

Заведующий

ГБОУ №6

Муниципального района «Басильский»

МЕНЮ
31 октября 2025 г.
Сад 10,5 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон простой)	35	2,53	4,44	15,38	111,78	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, молоко стерил. 2,5% жирн., вода питьевая, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	150	2,02	2,66	15,70	94,81	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, вода питьевая, чай черный байховый)	180/10/7	0,16	0,00	10,05	41,52	0,69
Итого			382	4,71	7,10	41,13	248,11	0,69
II Завтрак								
2012	401	КЕФИР 2,5% ЖИРНОСТИ (кефир 2,5 % жирности)	130	3,66	3,15	5,04	66,83	0,36
Итого			130	3,66	3,15	5,04	66,83	0,36
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ (томаты, огурцы, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	65	0,70	3,63	2,94	48,49	5,39
2012	87	СУП РЫБНЫЙ С КРУПОЙ (рыба минтай филе, картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, укроп, петрушка (зелень))	200	7,79	2,55	15,79	117,55	6,19
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сладко- сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности)	80	13,85	14,49	4,11	202,38	1,12
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое)	150	6,08	5,59	27,45	184,17	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,14	0,14	13,10	55,14	1,44
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОРТ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	33	2,46	0,20	16,23	76,57	0,00
2008		ХЛЕБ ВИЛИНСКИЙ (хлеб вилинский)	33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			741	31,02	26,60	79,62	684,30	14,14
Полдник								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), дрожжи, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, ванилин)	80	6,05	3,33	46,38	239,49	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко стерил. 2,5% жирн., вода питьевая)	180	0,36	0,22	7,96	35,47	0,00
2012	368	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (яблоки)	80	0,31	0,31	7,61	36,50	3,20
Итого			340	6,72	3,86	61,95	311,46	3,20
Всего				46,11	40,71	187,74	1 310,70	18,39