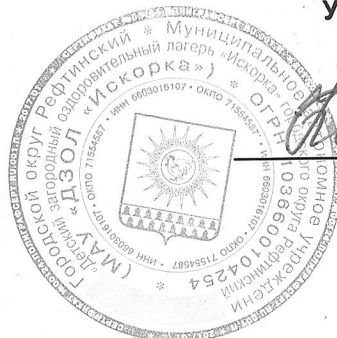


Утверждаю



Директор  
МАУ "ДЗОЛ"Искорка"  
/О.В. Кочнева/

**МЕНЮ**  
17 июня 2026 г.

7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Обед</b>							
2015	4.1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8
2015год	3/2	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,7	6,5	14,2	131
2015 г	11/8	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	100	15,2	16,5	4,6	208
2015 г	3/4	каша гречневая вязкая	150	8,4	6,5	45,3	198
2015 год	6/10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,8	0,2	32	132
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	50	5,3	2,3	24,3	139
		ХЛЕБ-РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	19,4	91
<b>Итого</b>				<b>35,4</b>	<b>32,5</b>	<b>141,3</b>	<b>907</b>
<b>Полдник</b>							
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
		конфеты	25	3,8	1,6	13,9	85
2015	19/2	Коржик Молочный	75	4,9	9	50,3	231
<b>Итого</b>				<b>9,7</b>	<b>10,8</b>	<b>84,4</b>	<b>408</b>
<b>Ужин</b>							
2003	6	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,5	1,4	1,9	23
2015	17/8	котлета из мяса куры с маслом сливочным	90/5	18,2	2,1	1,5	97
2015 г	57/3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,3	2,6	30,4	148
2015 год	16/10	ЧАЙ С САХАРОМ	200/5	0,2		10,1	41
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	50	5,3	2,3	24,3	139
		ХЛЕБ-РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	19,4	91
<b>Итого</b>				<b>29</b>	<b>8,8</b>	<b>87,6</b>	<b>539</b>
<b>Ужин 2</b>							
		снежок	200	5,4	5	21,6	136
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>136</b>
<b>Всего</b>				<b>79,5</b>	<b>57,1</b>	<b>334,9</b>	<b>1990</b>

Зав. Производством

Т.С. Мезенцева