

Заверено

руководитель  
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город" пос. Придорожный  
Штерман М.И/



# МЕНЮ

8 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,6	6,3	23,6	175	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,1	2,6	9,1	73	0,6
2008		БАТОН	30	2,5	0,3	15,4	75	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,4		40	0
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>11,2</b>	<b>13,6</b>	<b>48,1</b>	<b>363</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	0,5	0,1	10,2	43	0,8
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,2</b>	<b>43</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008	40/1	САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	0,7	1,7	3,4	32	2,2
2012	85	СУП КУДРЯВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	6,4	9,8	11,3	162	5,4
2008	260	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ	150	6,7	6,3	18,9	166	12,3
2021	372/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,1	0,1	10,7	45	1,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,2	16,3	77	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,5	0,3	16,2	78	0
<b>Итого</b>			<b>579</b>	<b>18,9</b>	<b>18,4</b>	<b>76,8</b>	<b>560</b>	<b>21</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	150	4,4	3,8	6	80	1,1
2008		ЯБЛОКО	90	0,3	0,3	8,1	39	8,3
<b>Итого</b>			<b>240</b>	<b>4,7</b>	<b>4,1</b>	<b>14,1</b>	<b>119</b>	<b>9,4</b>
<b>Ужин</b>								
2021	231/1	ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ	130	15,9	13,3	18,7	261	0,2
2021	371	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,3	0,6	1,6	14	0
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		5,4	22	0
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>16,3</b>	<b>13,9</b>	<b>25,7</b>	<b>297</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>51,6</b>	<b>50,1</b>	<b>174,9</b>	<b>1382</b>	<b>32,6</b>
<b>Стоимость меню 143 рубля</b>								

мед.сестра

Викторова Е.Г



Заверено

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город" пос. Придорожный  
Штерман М.И./

руководитель

# МЕНЮ

8 ноября 2024 г.

## Сад 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	5,3	6,6	24,1	202	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,4	2,9	10,3	82	0,6
2008		БАТОН	35	2,8	0,4	17,4	84	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,3		39	0
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,5</b>	<b>14,2</b>	<b>51,8</b>	<b>407</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	0,5	0,1	10,2	43	0,8
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,2</b>	<b>43</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008	40/1	САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	55	0,8	3,1	2	40	4,3
2012	85	СУП КУДРЯВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	5,9	8,8	13	210	6,4
2008	260	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ	190	8,3	7,9	23,8	236	15,4
2021	372/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,1	0,1	10,9	46	0,9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,1	0,2	13,6	64	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	15	72	0
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>19,5</b>	<b>20,4</b>	<b>78,3</b>	<b>668</b>	<b>27</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	150	4,4	3,8	6	80	1,1
2008		ЯБЛОКО	90	0,3	0,3	8,1	39	8,3
<b>Итого</b>			<b>240</b>	<b>4,7</b>	<b>4,1</b>	<b>14,1</b>	<b>119</b>	<b>9,4</b>
<b>Ужин</b>								
2021	231/1	ПАЛОЧКИ ТВОРОЖНЫЕ	150	19,2	12,6	19,4	316	0,3
2021	371	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,3	1,2	1,3	20	0
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		10	41	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>19,7</b>	<b>13,8</b>	<b>30,7</b>	<b>377</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего</b>				<b>55,9</b>	<b>52,6</b>	<b>185,1</b>	<b>1614</b>	<b>38,7</b>
<b>Стоимость меню 143 рубля</b>								

мед.сестра

Викторова Е.Г