

Заверено

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



МЕНЮ
 11 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		
Завтрак								
2008	190	КАША 2 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	170	5,4	5,2	26,6	176	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,2	1,8	10,8	70	0,4
2008		БАТОН	30	2,4	0,3	14,5	70	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4		37	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,6	2,1		27	0
Итого			363	11,6	13,4	51,9	380	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ФАСОЛЬЮ	35	1,6	1,4	5,4	41	2
2021	94/1	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ; НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/8	5,7	6,9	17,4	160	14,3
2008	321/1	СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	120	9,7	11,1	6,3	164	0,4
2012	348/1	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	35	0,8	1,5	3,6	30	1,6
2021	372/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,1	0,1	13,1	54	0,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,4	68	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,3	16,7	81	0
Итого			578	22,7	21,5	76,9	598	19
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	3,8	7,3	82	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	0,9	1,2	8,9	50	0
Итого			170	5,3	5	16,2	132	0,8
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	80	0,3	0,3	7,6	36	7,7
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	130	7,5	6,8	53,4	306	6,8
2008	411/1	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	180			4,9	20	0
Итого			390	7,8	7,1	65,9	362	14,5
Всего				47,9	47,1	220,8	1515	37,1
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г

Заверено

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



МЕНЮ
11 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША 2 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	190	6,1	6,3	30,7	205	0,4
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,7	2,2	11,3	76	0,4
2008		БАТОН	35	2,8	0,3	17	82	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4		36	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,2	2,8		34	0
Итого			410	13,8	15,6	59	433	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ФАСОЛЬЮ	55	2,3	1,7	7,6	54	2,6
2021	94/1	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/8	6,5	7,7	18,3	172	15,6
2008	321/1	СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	140	15	17,6	10,1	257	0,4
2012	349	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	60	0,6	1,4	3,1	28	1,3
2021	372/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,1	0,1	14	57	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,3	0,3	21,6	102	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	20,9	101	0
Итого			713	31,1	29,2	95,6	771	20,4
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160	4,7	4	7,7	86	0,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	1,8	13,4	75	0
Итого			180	6	5,8	21,1	161	0,8
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	80	0,3	0,3	7,5	36	7,7
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	150	9,1	8,1	55,3	331	6,9
2008	411/1	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	180			8,4	34	0
Итого			415	9,4	8,4	71,2	401	14,6
Всего				60,8	59,1	256,8	1809	38,6
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г