

Заверено



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

МЕНЮ

13 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ 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								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,1	4,6	23,9	157	0,4
2008	433/1	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,5	3	9,9	81	0,6
2008		БАТОН	26	2	0,3	12,6	61	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			371	10,6	12	46,4	336	1
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	102	0,5	0,1	10	43	0,8
Итого			102	0,5	0,1	10	43	0,8
Обед								
2008	40/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНСКОЙ КАПУСТЫ	25	0,5	2,1	1,5	27	3
2012	80	СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,5	7,2	16,7	159	6,4
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	120	1,7	4,9	10,3	94	4,8
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60	6,5	6,1	5,2	102	0,8
2021	372/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,1	0,1	11	45	0,7
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,7	0,1	10,9	52	0
Итого			574	16	20,5	55,6	479	15,7
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	170	3,9	3,3	17,3	115	0,7
Итого			170	3,9	3,3	17,3	115	0,7
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	80	0,3	0,3	6,8	33	7
2008	227/1	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	145	14,9	12,2	12	218	0,1
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ	20			4	16	0
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	190			5,4	22	0
Итого			435	15,2	12,5	28,2	289	7,1
Всего				46,2	48,4	157,5	1262	25,3
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г

Заверено

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

руководитель

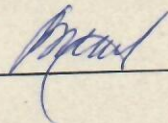
МЕНЮ

13 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛСЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,2	5,3	31,3	199	0,4
2008	433/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4	3,3	10,9	90	0,7
2008		БАТОН	36	2,9	0,4	17,6	85	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6		5		45	0
Итого			402	13,1	14	59,8	419	1,1
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	102	0,5	0,1	10	43	0,8
Итого			102	0,5	0,1	10	43	0,8
Обед								
2008	40/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	0,7	3	2,5	42	5,1
2012	80	СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	6,9	6,9	22,2	183	8,5
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	145	2	5,4	11,8	155	5,6
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	65	7,4	6,9	10,8	187	1,4
2021	372/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,1	0,1	12	49	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,1	0,2	13,7	65	0
Итого			670	19,2	22,5	73	681	21,1
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	4,5	3,9	17,9	125	0,8
Итого			180	4,5	3,9	17,9	125	0,8
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	80	0,3	0,3	6,8	33	7
2008	227/1	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	160	16,9	13,9	14,1	299	0,1
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ	50	0,1		9,9	40	0
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	200			9,3	37	0
Итого			490	17,3	14,2	40,1	409	7,1
Всего				54,6	54,7	200,8	1677	30,9
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра



Викторова Е.Г