

Утверждаю

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



# МЕНЮ

6 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ "ШОКОЛАДНАЯ" МОЛОЧНАЯ	170	4,8	5	19,1	141	0,5
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1		5,5	22	0
2008		БАТОН	30	2,5	0,3	15,3	74	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		3,8		35	0
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>7,4</b>	<b>9,1</b>	<b>39,9</b>	<b>272</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>101</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,5	1,2	1,7	19	4,6
2021	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	7,2	7,3	20,1	177	7,1
2008	209/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	2,9	1,7	18,4	100	0
2008	259/1	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	65	5,4	2,7	2,7	62	4,9
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,1		9,8	40	3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,2	0,3	21,1	100	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,1	0,4	19,6	94	0
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>22,4</b>	<b>13,6</b>	<b>93,4</b>	<b>592</b>	<b>19,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	150	4,4	3,8	6	80	1,1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	0,9	1,1	8,7	49	0
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>5,3</b>	<b>4,9</b>	<b>14,7</b>	<b>129</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ЯБЛОКО	80	0,2	0,2	5,6	27	5,7
2021	231/1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	135	14,1	9,1	14,9	198	0,1
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ	30			5,8	23	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2	9,1	65	0,4
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>16,8</b>	<b>11,3</b>	<b>35,4</b>	<b>313</b>	<b>6,2</b>
<b>Всего</b>				<b>52,4</b>	<b>39</b>	<b>193,3</b>	<b>1349</b>	<b>29,4</b>
<b>СТОИМОСТЬ МЕНЮ ОДНОГО ДНЯ 143 РУБЛЯ</b>								

мед.сестра

*Викторова Е.Г.*

Викторова Е.Г



Утверждаю

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



# МЕНЮ

6 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ "ШОКОЛАДНАЯ" МОЛОЧНАЯ	190	5,7	6	23,4	171	0,6
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,2		5,7	23	0
2008		БАТОН	35	2,9	0,4	17,9	87	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,4		40	0
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>8,8</b>	<b>10,8</b>	<b>47</b>	<b>321</b>	<b>0,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2	3,2	35	8,4
2021	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	185/10	8,1	8,4	21	195	7,3
2008	209/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,1	4,1	25,8	157	0
2008	259/1	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	75	6,5	2,9	2,6	70	5,7
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,1		8,8	36	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	83	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,8	0,4	18,1	87	0
<b>Итого</b>			<b>695</b>	<b>25,1</b>	<b>18</b>	<b>97,1</b>	<b>663</b>	<b>24</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	150	4,4	3,8	6	80	1,1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	1,9	14,3	80	0
<b>Итого</b>			<b>170</b>	<b>5,8</b>	<b>5,7</b>	<b>20,3</b>	<b>160</b>	<b>1,1</b>
<b>Ужин</b>								
2008		ЯБЛОКО	85	0,3	0,3	6,4	31	6,5
2021	231/1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	140	18,2	14	17,5	269	0,2
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ	30			5,8	24	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,3	2,7	12,2	87	0,6
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>21,8</b>	<b>17</b>	<b>41,9</b>	<b>411</b>	<b>7,3</b>
<b>Всего</b>				<b>62</b>	<b>51,6</b>	<b>216,2</b>	<b>1598</b>	<b>35</b>
<b>СТОИМОСТЬ МЕНЮ ОДНОГО ДНЯ 143 РУБЛЯ</b>								

мед.сестра

Викторова Е.Г