

Заверено

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город" пос. Придорожный
Штерман М.И./**МЕНЮ**
3 марта 2025 г.

Сад 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	190	6,79	6,84	29,03	205,64	0,68
2008	433/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,86	3,27	10,99	89,85	0,67
2008		БАТОН	30	2,38	0,30	14,59	70,70	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,97	0,05	45,05	0,00
Итого			406	13,06	15,38	54,66	411,24	1,35
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Итого			120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,75	3,52	3,05	47,08	1,14
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,28	5,51	4,98	87,01	2,54
2012	311	СУФЛЕ ИЗ КУР /ПАРОВОЕ/	130	16,85	20,09	10,69	291,42	0,48
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	70	0,69	1,97	3,13	35,59	1,13
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,75	34,97	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,44	0,20	16,04	75,71	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,99	0,40	19,13	92,06	0,00
Итого			687	28,00	31,69	65,77	663,84	5,29
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	210	5,86	5,04	9,69	109,03	1,08
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	40	5,15	3,03	18,83	123,87	0,02
Итого			250	11,01	8,07	28,52	232,90	1,10
Ужин								
2012	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	180	20,80	16,18	22,65	319,44	1,74
2021	371	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	70	0,30	0,72	1,59	16,18	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	200	0,00	0,00	11,98	47,91	0,00
Итого			450	21,10	16,90	36,22	383,53	1,74
Всего				73,77	72,16	197,15	1 743,52	11,90
Стоимость меню 178рублей								

мед.сестра

Викторова Е.Г.

Заверено

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город под. Иридоржский

руководитель

Штерман М.И./

МЕНЮ

3 марта 2025 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	5,53	5,52	21,76	159,61	0,62
2008	433/1	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,55	3,01	9,61	80,64	0,62
2008		БАТОН	20	1,58	0,20	9,68	46,90	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого			355	10,69	12,86	41,09	324,55	1,24
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Итого			120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,46	2,12	1,83	28,38	0,69
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	160	4,06	4,04	5,03	72,92	2,58
2012	311	СУФЛЕ ИЗ КУР /ПАРОВОЕ/	120	13,34	15,16	5,26	211,10	0,40
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	60	0,47	1,60	2,21	26,54	0,56
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,68	30,73	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,62	0,13	10,63	50,15	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,55	0,34	16,33	78,58	0,00
Итого			580	22,50	23,39	48,97	498,40	4,23
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,74	4,08	7,85	88,28	0,88
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	35	3,44	1,73	14,15	86,23	0,02
Итого			205	8,18	5,81	22,00	174,51	0,90
Ужин								
2012	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	160	16,05	13,21	16,78	250,14	1,22
2021	371	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,32	0,46	1,97	14,62	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	190	0,00	0,00	8,70	34,79	0,00
Итого			400	16,37	13,67	27,45	299,55	1,22
Всего				58,34	55,85	151,49	1 349,02	10,01
Стоимость меню 175 рублей								

мед.сестра

Викторова Е.Г.