

Заверено
ГБОУ СОШ "ОЦ" "Южный город" под
руководитель
Придорожный
Штерман М.И.

МЕНЮ

4 марта 2025 г.

Сад 12 часов

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	93	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	190	6,47	5,31	23,55	168,88	0,73
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,28	0,00	6,47	27,01	0,00
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,05	0,04	36,72	0,00
Итого			405	9,17	9,66	44,79	304,01	0,73
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								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	0,68	2,30	2,79	34,80	1,49
2012	85	СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	9,02	13,18	2,02	167,34	0,76
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	8,38	11,72	9,01	177,06	29,53
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,91	35,66	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,58	0,21	17,00	80,23	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,44	0,32	15,62	75,16	0,00
Итого			701	23,10	27,73	55,35	570,25	31,78
Полдник								
2008	435	КЕФИР	225	6,53	5,63	9,00	119,30	1,58
2008		ПЕЧЕНЬЕ	34	2,57	3,36	25,52	143,04	0,00
Итого			259	9,10	8,99	34,52	262,34	1,58
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	159	0,64	0,64	15,56	74,62	15,88
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	95	0,87	2,30	6,66	51,65	1,39
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,25	5,95	25,80	182,54	0,58
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,18	0,08	11,58	51,35	22,79
Итого			584	7,94	8,97	59,60	360,16	40,64
Всего				49,91	55,47	206,24	1 548,77	77,15
Стоимость меню 160 рублей								

мед.сестра

Викторова Е.Г.

Викторова Е.Г

Заверено
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город пос. Южный
руководитель
Блидородный
Штерман М.И.

МЕНЮ

4 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

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								
2012	93	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	170	4,66	4,81	14,08	119,15	0,66
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	0,20	0,00	4,91	20,45	0,00
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,40	0,04	39,87	0,00
Итого			355	6,49	9,41	28,85	227,07	0,66
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								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	35	0,55	1,34	1,97	22,26	1,08
2012	85	СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	8,71	11,62	1,72	150,52	0,62
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	160	7,72	9,91	7,82	153,06	26,44
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,09	0,17	13,72	64,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,85	0,25	11,87	57,11	0,00
Итого			569	20,92	23,29	44,84	478,64	28,14
Полдник								
2008	435	КЕФИР	184	5,40	0,18	7,20	55,80	1,80
2008		ПЕЧЕНЬЕ	23	1,70	2,22	16,86	94,52	0,00
Итого			207	7,10	2,40	24,06	150,32	1,80
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	131	0,52	0,52	12,82	61,50	13,08
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	75	0,70	1,35	5,01	35,60	1,11
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	130	5,46	5,12	22,48	158,51	0,50
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	160	0,14	0,06	7,03	31,64	15,98
Итого			496	6,82	7,05	47,34	287,25	30,67
Всего				41,93	42,27	157,07	1 195,29	63,69
Стоимость меню 158 рублей								

мед.сестра

Викторова Е.Г.

Викторова Е.Г.