

Заверено

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

руководитель

МЕНЮ

7 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								
2008	227/1	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	145	19,67	14,84	12,84	262,82	0,37
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ	30	0,04	0,00	6,25	25,13	0,02
2008	433/1	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,91	3,28	11,21	91,08	0,66
2008		БАТОН	25	1,97	0,25	12,11	58,72	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,72	0,04	33,72	0,00
Итого			390	25,61	22,09	42,45	471,47	1,05
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,69	70,47	14,99
Итого			150	0,60	0,60	14,69	70,47	14,99
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	45	0,53	2,83	3,87	43,64	0,85
2012	80	СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,55	6,71	23,76	186,69	9,30
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	130	2,07	5,00	12,06	101,31	5,64
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70	7,94	7,45	13,25	152,01	1,56
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,56	0,03	14,83	62,33	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,20	16,12	76,09	0,00
Итого			647	20,10	22,22	83,89	622,07	17,53
Полдник								
2008	440	НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,34	0,08	8,88	39,59	9,46
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	3,06	0,34	19,37	92,95	0,00
Итого			230	3,40	0,42	28,25	132,54	9,46
Ужин								
2012	45	САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ	75	1,46	1,19	10,26	57,88	5,02
2012	215/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	10,93	13,71	2,82	178,68	0,25
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	200	0,00	0,00	22,41	89,66	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,75	0,36	17,58	84,59	0,00
Итого			441	15,14	15,26	53,07	410,81	5,27
Всего				64,85	60,59	222,35	1 707,36	48,30
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Мед.

Викторова Е.Г

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

МЕНЮ

7 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								
2008	227/1	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	145	14,96	12,91	10,19	216,13	0,24
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ	20	0,02	0,00	3,44	13,87	0,01
2008	433/1	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,65	3,05	9,32	80,45	0,61
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,44	0,04	40,28	0,00
			350	20,26	20,60	32,81	398,33	0,86
Итого								
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,73	70,65	15,03
			150	0,60	0,60	14,73	70,65	15,03
Итого								
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	25	0,32	1,52	2,45	25,02	0,51
2012	80	СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	6,10	8,05	18,93	177,29	7,63
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	115	1,77	5,56	10,26	98,05	4,80
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50	6,13	6,03	7,03	107,00	0,79
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,58	0,03	13,89	58,72	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,00	0,16	13,12	61,94	0,00
			535	16,90	21,35	65,68	528,02	13,91
Итого								
Полдник								
2008	440	НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,37	0,08	9,28	41,43	10,14
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	3,06	0,34	19,37	92,95	0,00
			230	3,43	0,42	28,65	134,38	10,14
Итого								
Ужин								
2012	45	САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ	75	1,21	1,69	8,25	53,32	4,01
2012	215/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	115	10,24	11,82	1,68	154,20	0,13
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	200	0,00	0,00	13,98	55,87	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,63	0,22	10,43	50,20	0,00
			415	13,08	13,73	34,34	313,59	4,14
Итого								
Всего				54,27	56,70	176,21	1 444,97	44,08
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра



Викторова Е.Г