

МЕНЮ

10 марта 2025 г.

Сад 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								
	189/1	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	5,95	6,14	25,45	180,84	0,65
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,12	3,47	11,49	94,79	0,70
2008		БАТОН	33	2,63	0,33	16,17	78,38	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
Итого			408	12,76	14,92	53,17	399,01	1,35
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	110	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			110	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2008	40/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,63	4,70	2,32	54,85	4,40
2008	105	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	7,20	8,75	26,76	219,06	10,00
2012	135	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	120	1,79	3,78	10,49	83,09	4,90
2012	286	"ЕЖИКИ" КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	65	7,29	6,52	7,75	119,14	1,21
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,47	0,03	13,58	56,80	0,15
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,08	0,25	20,23	95,46	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3,06	0,41	19,60	94,29	0,00
Итого			691	23,52	24,44	100,73	722,69	20,66
Полдник								
2008	435	КЕФИР	210	6,17	5,32	8,51	112,80	1,49
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,17	2,83	21,50	120,52	0,00
Итого			240	8,34	8,15	30,01	233,32	1,49
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	150	0,58	0,58	14,29	68,56	14,59
2021	454	РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	130	16,89	10,57	47,68	348,08	0,64
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,27	0,00	7,61	31,57	0,06
Итого			460	17,74	11,15	69,58	448,21	15,29
Всего				62,94	58,78	264,97	1 853,07	41,11
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г

Заверено

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город" пос. Придорожный

руководитель
Штерман М.И./

МЕНЮ

10 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								
	189/1	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,96	6,04	17,62	144,98	0,65
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,78	3,19	9,78	84,01	0,65
2008		БАТОН	28	2,27	0,28	13,94	67,59	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,96	0,04	35,90	0,00
Итого			383	11,03	13,47	41,38	332,48	1,30
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	110	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			110	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2008	40/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,45	2,04	1,27	25,80	3,12
2008	105	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/9	6,20	7,50	21,43	181,83	8,75
2012	135	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	110	1,66	3,97	9,67	80,93	4,52
2012	286	"ЕЖИКИ" КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60	6,09	5,54	5,54	96,61	0,91
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,49	0,03	12,88	54,11	0,15
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,14	0,17	14,05	66,31	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,44	0,32	15,60	75,06	0,00
Итого			604	19,47	19,57	80,44	580,65	17,45
Полдник								
2008	435	КЕФИР	170	5,05	4,35	6,96	92,22	1,22
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,44	1,88	14,28	80,06	0,00
Итого			190	6,49	6,23	21,24	172,28	1,22
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	120	0,47	0,47	11,59	55,60	11,83
2021	454	РАСТЕГАЙ С РЫБОЙ	130	13,18	10,77	42,13	315,23	0,54
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,23	0,00	7,08	29,21	0,05
Итого			410	13,88	11,24	60,80	400,04	12,42
Всего				51,45	50,63	215,34	1 535,29	34,71
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г