

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

МЕНЮ

14 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	190	6,36	7,16	28,08	202,93	0,69
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,88	3,29	11,46	91,96	0,67
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
Итого			396	11,89	14,80	49,41	379,99	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2021	137	СЛАЙСЫ СВЕКОЛЬНЫЕ	60	0,89	0,06	5,22	24,89	2,44
2008	98	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	190/10	8,29	9,08	24,33	217,75	10,48
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	21,00	8,56	7,97	216,28	15,27
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,52	2,47	2,81	35,91	1,14
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,06	36,22	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,28	0,27	21,56	101,75	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,09	0,41	19,81	95,34	0,00
Итого			730	37,07	20,85	90,76	728,14	29,33
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	190	5,61	4,82	22,70	157,92	1,03
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	2,86	0,33	18,07	86,80	0,00
Итого			240	8,47	5,15	40,77	244,72	1,03
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	160	0,65	0,65	16,02	76,84	16,35
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	100	0,99	1,66	7,28	48,92	1,57
2021	454	ПИРОГ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОСЫПКОЙ	125	7,10	8,63	41,12	270,33	0,08
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,00	7,59	31,14	0,04
Итого			565	8,94	10,94	72,01	427,23	18,04
Всего				66,95	51,86	264,43	1 829,92	52,08
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра



Викторова Е.Г

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

МЕНЮ 14 марта 2025 г.

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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	180	5,51	7,74	23,45	186,16	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,60	3,05	11,00	86,68	0,62
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,05	4,13	0,05	37,35	0,00
Итого			366	10,76	15,12	44,32	357,79	1,24
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2021	137	СЛАЙСЫ СВЕКОЛЬНЫЕ	36	0,54	0,04	3,17	15,12	1,48
2008	98	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	170/9	7,30	7,58	21,03	186,37	9,15
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	17,40	6,03	6,54	168,99	12,46
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,60	1,50	3,04	28,47	1,49
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	8,23	32,90	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,45	0,12	9,53	45,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,85	0,25	11,87	57,11	0,00
Итого			602	29,14	15,52	63,41	533,96	24,58
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	4,20	3,62	18,34	123,63	0,78
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	2,86	0,33	18,07	86,80	0,00
Итого			200	7,06	3,95	36,41	210,43	0,78
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	130	0,54	0,54	13,20	63,32	13,47
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	90	0,79	1,52	5,65	40,16	1,25
2021	454	ПИРОГ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОСЫПКОЙ	115	6,59	7,60	38,19	247,28	0,08
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,16	0,00	5,68	23,34	0,04
Итого			515	8,08	9,66	62,72	374,10	14,84
Всего				55,62	44,37	218,34	1 526,12	43,76
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г.