

ЗАВЕРЕНО

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

МЕНЮ

17 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 2 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	190	5,50	6,61	20,38	163,90	0,69
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,94	3,32	11,15	91,32	0,68
2008		БАТОН	35	2,82	0,35	17,31	83,93	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,02	0,04	36,41	0,00
Итого			410	12,28	14,30	48,88	375,56	1,37
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	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,72	1,71	3,62	33,07	1,87
2021	94/1	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/8	6,77	8,71	20,43	192,00	17,50
2008	321/1	СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	150	16,22	19,64	8,13	274,50	0,43
2012	349	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	50	0,51	1,66	2,73	28,23	1,03
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,45	0,03	13,26	55,40	0,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,64	0,30	23,97	113,11	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,36	0,45	21,53	103,59	0,00
Итого			717	31,67	32,50	93,67	799,90	20,97
Полдник								
2008	435	КЕФИР	210	6,10	5,26	8,42	111,51	1,47
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	1,79	2,34	17,75	99,50	0,00
Итого			240	7,89	7,60	26,17	211,01	1,47
Ужин								
2012	129	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,83	3,65	10,60	87,04	1,94
2012	231	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	150	21,26	14,90	26,80	325,42	0,27
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ	20	1,15	1,37	8,92	52,75	0,07
2008	411/1	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	185	0,00	0,00	16,08	64,34	0,00
Итого			475	24,24	19,92	62,40	529,55	2,28
Всего				76,66	74,44	242,60	1 965,86	28,41
СТОИМОСТЬ МЕНЮ 143 РУБЛЯ								

мед.сестра

Викторова Е.Г.

ЗАВЕРЕНО

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

МЕНЮ

17 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 2 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	170	6,27	6,33	24,85	182,06	0,62
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,66	3,08	10,70	86,09	0,62
2008		БАТОН	30	2,42	0,30	14,87	72,08	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,24	0,04	38,45	0,00
Итого			365	12,38	13,95	50,46	378,68	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	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	0,66	1,75	3,47	32,58	1,77
2021	94/1	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/4	6,13	6,79	18,24	161,49	15,48
2008	321/1	СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	130	13,57	14,76	5,74	210,27	0,44
2012	348/1	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	30	0,57	1,70	2,98	29,97	1,33
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,41	0,02	11,98	50,07	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,42	0,20	15,91	75,11	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,69	0,36	17,20	82,75	0,00
Итого			577	26,45	25,58	75,52	642,24	19,15
Полдник								
2008	435	КЕФИР	170	5,00	4,31	6,89	91,31	1,21
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,20	1,57	11,90	66,72	0,00
Итого			190	6,20	5,88	18,79	158,03	1,21
Ужин								
2008	342	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	95	1,51	3,01	8,89	72,19	1,58
2012	231	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	130	16,49	12,03	21,42	259,47	0,19
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ	15	0,58	0,68	4,46	26,36	0,03
2008	411/1	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	160	0,00	0,00	8,55	34,20	0,00
Итого			400	18,58	15,72	43,32	392,22	1,80
Всего				64,19	61,25	199,57	1 621,01	25,77
СТОИМОСТЬ МЕНЮ 143 РУБЛЯ								

мед.сестра

Викторова Е.Г.