

Заверено

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

МЕНЮ

18 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								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,79	6,47	31,27	211,18	0,61
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,84	3,07	12,54	94,01	0,66
2008		БАТОН	25	2,01	0,25	12,36	59,93	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,79	0,05	43,40	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,61	3,32	0,00	40,88	0,03
Итого			403	15,28	17,90	56,22	449,40	1,30
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								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО И СОЛЕНОГО ОГУРЦА	55	0,72	1,58	1,51	23,89	1,32
2021	94/1	СУП ПЕРЛОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	7,45	8,64	24,26	208,90	8,26
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	9,53	11,39	11,08	187,61	35,81
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,45	0,03	13,70	57,22	0,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,70	0,30	24,35	114,92	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			724	25,16	22,38	96,10	694,52	45,53
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	215	6,03	5,20	9,99	112,36	1,12
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	50	4,31	2,80	14,38	100,62	0,02
Итого			265	10,34	8,00	24,37	212,98	1,14
Ужин								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200	3,29	3,82	26,31	153,08	12,53
2021	249	ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ	50	9,42	5,44	7,32	110,73	0,15
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,20	0,09	12,24	54,42	24,81
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			475	14,57	9,57	56,47	369,22	37,49
Всего				65,93	57,97	244,64	1 775,96	87,78
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Медсестра

Викторова Е.Г

Заверено

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

МЕНЮ

18 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								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,81	5,67	24,02	171,14	0,61
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,25	2,60	11,44	82,79	0,56
2008		БАТОН	25	2,03	0,25	12,48	60,51	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,24	0,04	38,45	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,18	2,77	0,00	34,26	0,03
Итого			370	13,30	15,53	47,98	387,15	1,20
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								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО И СОЛЕНОГО ОГУРЦА	30	0,43	1,15	0,91	16,10	0,79
2021	94/1	СУП ПЕРЛОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/8	6,43	7,54	21,62	183,98	7,32
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	170	8,44	10,02	10,30	167,43	29,58
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,47	0,03	12,81	53,73	0,15
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,46	0,20	16,20	76,46	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			570	19,55	19,12	70,32	538,49	37,84
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,67	4,02	7,71	86,81	0,86
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30	3,38	2,49	9,66	75,25	0,02
Итого			200	8,05	6,51	17,37	162,06	0,88
Ужин								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	2,95	3,07	23,48	133,66	11,08
2021	249	ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ	40	6,42	4,49	5,75	86,13	0,10
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	160	0,11	0,04	6,73	29,65	12,56
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			400	10,80	7,78	44,44	290,23	23,74
Всего				52,28	49,06	191,59	1 427,77	65,98
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г