

МЕНЮ

19 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	93	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	190	5,46	5,19	20,32	150,90	0,68
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,89	3,28	10,95	89,96	0,67
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,96	0,04	35,89	0,00
Итого			405	11,77	12,73	46,04	348,15	1,35
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	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	40	0,33	2,07	4,11	37,12	1,14
2012	85	СУП ПОЛЬСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	11,22	13,65	19,56	250,43	9,63
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	130	2,19	5,88	12,78	112,63	5,97
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	80	8,01	7,77	8,37	135,90	1,32
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,69	34,74	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,90	0,15	12,51	59,04	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,48	0,33	15,86	76,32	0,00
Итого			680	26,13	29,85	81,88	706,18	18,06
Полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	8,39	35,88	1,25
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,89	2,47	18,75	105,08	0,00
Итого			205	2,01	2,59	27,14	140,96	1,25
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	130	0,45	0,45	11,02	52,85	11,24
2021	231/1	ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	155	21,65	16,44	37,20	382,62	0,29
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,38	0,00	7,60	31,88	0,08
Итого			465	22,48	16,89	55,82	467,35	11,61
Всего				62,97	62,18	222,36	1 712,48	34,59
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра



Викторова Е.Г

Заведено
ГБОУ СОШ "Олимп" городского пос. Придорожный
Штерман М.И./
руководитель

МЕНЮ

19 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								
2012	93	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	170	4,29	4,92	12,43	111,97	0,62
2008	433/1	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,55	3,01	9,42	79,86	0,62
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,75	0,05	43,05	0,00
Итого			366	10,27	12,98	36,63	306,28	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								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ	30	0,20	1,22	2,47	22,23	0,70
2012	85	СУП ПОЛЬСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	10,73	12,49	15,71	222,44	7,70
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	120	1,75	4,36	10,21	86,84	4,77
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70	7,08	7,16	4,99	113,10	0,97
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,62	30,50	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,67	0,35	17,08	82,20	0,00
Итого			609	24,72	25,77	73,13	628,36	14,14
Полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	0,13	0,13	8,16	35,13	1,33
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	0,75	0,98	7,44	41,70	0,00
Итого			195	0,88	1,11	15,60	76,83	1,33
Ужин								
2008		АПЕЛЬСИН	140	1,28	0,28	11,51	61,11	85,27
2021	231/1	ВАТРУШКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	135	17,07	14,06	30,44	315,95	0,24
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,35	0,00	7,48	31,28	0,07
Итого			455	18,70	14,34	49,43	408,34	85,58
Всего				55,15	54,32	186,27	1 469,65	104,61
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра



Викторова Е.Г