

ЗАВЕРЕНО

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город, пос. Придорожный  
Информационный директор  
Кутель Е.Л./

# МЕНЮ

21 марта 2025 г.

Сад 12 часов



| Сбор-ник<br>рецеп-тур    | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                         | Выход | Химический состав |         |                   | Энерге-ти-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|--------------------------|---------------------|--------------------------------------------|-------|-------------------|---------|-------------------|-------------------------------------------|-----------------------|
|                          |                     |                                            |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-во-<br>ды, г |                                           |                       |
| Завтрак                  |                     |                                            |       |                   |         |                   |                                           |                       |
| 2008                     | 189                 | КАША МАННАЯ "ШОКОЛАДНАЯ"<br>МОЛОЧНАЯ       | 190   | 6,46              | 6,80    | 26,29             | 192,51                                    | 0,68                  |
| 2008                     | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                           | 180   | 0,25              | 0,00    | 6,26              | 26,03                                     | 0,00                  |
| 2008                     |                     | БАТОН                                      | 35    | 2,78              | 0,35    | 17,08             | 82,80                                     | 0,00                  |
| 2012                     |                     | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                           | 6     | 0,03              | 4,99    | 0,05              | 45,23                                     | 0,00                  |
| Итого                    |                     |                                            | 411   | 9,52              | 12,14   | 49,68             | 346,57                                    | 0,68                  |
| 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                     | 54                  | ИКРА МОРКОВНАЯ                             | 55    | 0,55              | 1,04    | 3,35              | 25,40                                     | 1,01                  |
| 2012                     | 77                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО<br>СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ | 190/9 | 9,17              | 9,18    | 40,88             | 287,22                                    | 9,86                  |
| 2008                     | 209/1               | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                | 130   | 4,53              | 4,58    | 28,89             | 175,07                                    | 0,00                  |
| 2008                     | 256                 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                     | 70    | 19,11             | 6,77    | 1,21              | 166,67                                    | 14,48                 |
| 2008                     | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                | 180   | 0,00              | 0,00    | 8,95              | 35,81                                     | 0,00                  |
| 2008                     |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 27    | 2,06              | 0,17    | 13,54             | 63,88                                     | 0,00                  |
| 2008                     |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 26    | 1,70              | 0,23    | 10,88             | 52,36                                     | 0,00                  |
| Итого                    |                     |                                            | 687   | 37,12             | 21,97   | 107,70            | 806,41                                    | 25,35                 |
| Полдник                  |                     |                                            |       |                   |         |                   |                                           |                       |
| 2008                     | 414                 | КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                            | 200   | 5,06              | 4,36    | 22,87             | 152,07                                    | 0,93                  |
| 2008                     |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                    | 35    | 2,64              | 3,45    | 26,16             | 146,63                                    | 0,00                  |
| Итого                    |                     |                                            | 235   | 7,70              | 7,81    | 49,03             | 298,70                                    | 0,93                  |
| Ужин                     |                     |                                            |       |                   |         |                   |                                           |                       |
| 2008                     |                     | ЯБЛОКО                                     | 160   | 0,66              | 0,66    | 16,26             | 77,96                                     | 16,59                 |
| 2008                     | 451                 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И<br>ЯЙЦОМ     | 150   | 15,76             | 13,68   | 59,14             | 423,52                                    | 15,62                 |
| 2012                     | 394                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                              | 180   | 3,97              | 3,14    | 13,65             | 99,63                                     | 0,75                  |
| Итого                    |                     |                                            | 490   | 20,39             | 17,48   | 89,05             | 601,11                                    | 32,96                 |
| Всего                    |                     |                                            |       | 75,31             | 59,52   | 306,94            | 2 102,63                                  | 62,24                 |
| СТОИМОСТЬ МЕНЮ 143 РУБЛЯ |                     |                                            |       |                   |         |                   |                                           |                       |

мед.сестра

Викторова Е.Г

ЗАВЕРЕНО

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город, пос. Придорожный  
И.О.руководитель  
Кутель Е.Л./

# МЕНЮ

21 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-н<br>ик<br>рецеп-т<br>ур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                         | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-ти<br>ческая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                            |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-во<br>ды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ "ШОКОЛАДНАЯ"<br>МОЛОЧНАЯ       | 170   | 5,60              | 5,56    | 21,26            | 157,77                                   | 0,62                  |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                           | 180   | 0,19              | 0,00    | 3,19             | 13,54                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН                                      | 30    | 2,37              | 0,30    | 14,57            | 70,63                                    | 0,00                  |
| 2012                          |                     | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                           | 5     | 0,03              | 4,26    | 0,04             | 38,60                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 385   | 8,19              | 10,12   | 39,06            | 280,54                                   | 0,62                  |
| 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                          | 54                  | ИКРА МОРКОВНАЯ                             | 55    | 0,32              | 0,65    | 2,08             | 15,76                                    | 0,60                  |
| 2012                          | 77                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО<br>СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ | 170/8 | 8,18              | 7,70    | 35,61            | 248,01                                   | 8,64                  |
| 2008                          | 209/1               | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                | 110   | 3,21              | 1,93    | 20,54            | 112,40                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 256                 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                     | 70    | 15,65             | 5,25    | 1,18             | 135,29                                   | 11,86                 |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                | 150   | 0,00              | 0,00    | 6,87             | 27,47                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 32    | 2,46              | 0,20    | 16,19            | 76,39                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 41    | 2,71              | 0,36    | 17,37            | 83,56                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 636   | 32,53             | 16,09   | 99,84            | 698,88                                   | 21,10                 |
| Полдник                       |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 414                 | КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                            | 180   | 4,22              | 3,63    | 20,92            | 134,27                                   | 0,78                  |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                    | 14    | 1,06              | 1,39    | 10,56            | 59,19                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                            | 194   | 5,28              | 5,02    | 31,48            | 193,46                                   | 0,78                  |
| Ужин                          |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                     | 130   | 0,51              | 0,51    | 12,44            | 59,65                                    | 12,69                 |
| 2008                          | 451                 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И<br>ЯЙЦОМ     | 140   | 15,21             | 13,42   | 55,85            | 405,94                                   | 15,24                 |
| 2012                          | 394                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                              | 160   | 3,34              | 2,66    | 10,65            | 80,67                                    | 0,63                  |
| Итого                         |                     |                                            | 430   | 19,06             | 16,59   | 78,94            | 546,26                                   | 28,56                 |
| Всего                         |                     |                                            |       | 65,64             | 47,94   | 260,80           | 1 768,98                                 | 53,38                 |
| СТОИМОСТЬ МЕНЮ 143 РУБЛЯ      |                     |                                            |       |                   |         |                  |                                          |                       |

мед.сестра

Викторова Е.Г.