

Заверено

И.о.руководитель
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город, пос. Придорожный
(Кутель Е.Л.)

МЕНЮ

25 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	94	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	190	8,47	7,60	30,83	226,36	0,67
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	190	3,24	2,59	10,38	78,44	0,61
2008		БАТОН	24	1,95	0,24	11,97	58,01	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,94	0,05	44,81	0,00
Итого			410	13,69	15,37	53,23	407,62	1,28
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 ТЕРТОЙ МОРКОВИ	45	0,51	1,74	2,72	29,00	0,81
2021	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	190/10	7,77	8,69	25,57	216,01	8,67
2008	306/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	205	9,67	10,67	19,70	215,78	33,26
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,11	0,11	11,48	48,03	1,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,33	0,19	15,32	72,29	0,00
Итого			661	20,39	21,40	74,79	581,11	43,87
Полдник								
2008	411/1	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	220	0,00	0,00	11,74	46,95	0,00
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	35	3,39	2,14	11,61	79,85	0,02
Итого			255	3,39	2,14	23,35	126,80	0,02
Ужин								
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,87	4,40	0,27	60,17	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	51	0,98	4,58	3,96	61,24	3,60
2012	212	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	6,36	6,06	24,60	179,11	0,03
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,16	0,07	11,14	48,96	20,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	53	3,48	0,46	22,27	107,15	0,00
Итого			424	15,85	15,57	62,24	456,63	23,71
Всего				53,90	54,60	225,09	1 622,00	71,20
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра



Викторова Е.Г.

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город

Заверено



И.о. руководитель
Придорожный
Кутель Е.Л./

МЕНЮ

25 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	94	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	170	7,57	6,88	26,68	199,43	0,60
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,46	2,82	10,67	82,76	0,65
2008		БАТОН	19	1,56	0,19	9,56	46,35	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого			374	12,62	14,02	46,95	365,94	1,25
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 ТЕРТОЙ МОРКОВИ	25	0,31	1,04	1,62	17,44	0,48
2021	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	170/9	7,19	8,04	22,53	195,34	7,63
2008	306/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	160	10,35	10,44	13,16	189,91	28,55
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,88	41,33	0,94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,33	0,19	15,32	72,29	0,00
Итого			545	20,27	19,80	62,51	516,31	37,60
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	170	0,00	0,00	7,68	30,71	0,00
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	35	4,43	3,45	11,66	96,24	0,03
Итого			205	4,43	3,45	19,34	126,95	0,03
Ужин								
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	31	0,58	2,73	2,37	36,57	2,15
2012	212	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	90	4,84	4,56	21,61	147,34	0,02
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,10	0,04	6,20	27,32	11,58
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,79	0,37	17,85	85,88	0,00
Итого			383	13,27	12,19	48,30	358,40	13,75
Всего				51,17	49,58	188,58	1 417,44	54,95
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г.

Викторова Е.Г