

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник 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	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	8,28	8,55	33,24	243,81	0,63
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,60	3,02	13,02	94,70	0,62
2008		БАТОН	34	2,74	0,34	16,79	81,37	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,13	0,05	37,35	0,00
Итого			399	14,67	16,04	63,10	457,23	1,25
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	140	0,56	0,56	13,80	66,18	14,08
Итого			140	0,56	0,56	13,80	66,18	14,08
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,76	3,50	3,83	50,11	1,98
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/13	6,76	8,79	21,45	196,83	6,74
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,93	3,80	20,41	127,90	9,98
2008	259/1	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	20,45	7,21	6,45	196,65	15,34
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,49	0,03	14,22	59,52	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,76	0,31	24,72	116,66	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,24	0,43	20,73	99,72	0,00
Итого			726	38,39	24,07	111,81	847,39	34,20
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	5,12	4,41	22,53	151,48	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,15	2,81	21,36	119,72	0,00
Итого			210	7,27	7,22	43,89	271,20	0,94
Ужин								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	3,84	3,47	0,21	47,46	0,00
2012	45	РАГУ ОВОЩНОЕ	190	6,16	9,13	27,20	217,94	24,24
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,14	0,14	9,25	39,65	1,40
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,60	0,21	10,24	49,25	0,00
Итого			454	11,74	12,95	46,90	354,30	25,64
Всего				72,63	60,84	279,50	1 996,30	76,11
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г

Заверено

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город" пос. Придорожный

И.о. руководитель
/Кутель Е.Л./

МЕНЮ

26 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	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	170	6,55	7,60	24,66	193,84	0,57
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,36	2,83	10,53	81,88	0,57
2008		БАТОН	24	1,96	0,25	12,03	58,31	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,13	0,05	37,35	0,00
Итого			349	11,92	14,81	47,27	371,38	1,14
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН	120	1,10	0,24	9,92	52,67	73,50
Итого			120	1,10	0,24	9,92	52,67	73,50
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	0,61	2,26	3,16	35,71	1,62
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	155/9	5,63	7,43	15,36	155,22	6,62
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,35	2,92	16,53	102,11	8,10
2008	259/1	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	16,95	5,58	6,63	164,32	12,72
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,49	0,03	13,29	55,80	0,16
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,50	0,20	16,43	77,56	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,60	0,35	16,64	80,05	0,00
Итого			601	31,13	18,77	88,04	670,77	29,22
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	170	3,84	3,31	18,68	120,74	0,71
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,44	1,89	14,32	80,27	0,00
Итого			190	5,28	5,20	33,00	201,01	0,71
Ужин								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	3,97	3,59	0,22	49,03	0,00
2012	45	РАГУ ОВОЩНОЕ	165	5,52	6,19	22,98	171,81	20,39
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,15	0,15	8,86	38,24	1,49
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,29	0,17	8,27	39,77	0,00
Итого			405	10,93	10,10	40,33	298,85	21,88
Всего				60,36	49,12	218,56	1 594,68	126,45
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г.