

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город прс Придорожный
/Кутель Е.Л./



МЕНЮ

27 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2008	227/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	19,52	12,98	15,27	254,97	0,29
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ МОЛОЧНЫЙ	50	0,92	2,18	4,53	41,67	0,13
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,61	31,29	0,05
2008		БАТОН	25	2,04	0,25	12,51	60,62	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,99	0,04	36,21	0,00
Итого			430	22,73	19,40	39,96	424,76	0,47
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	114	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			114	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2012	35	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	50	0,59	1,40	4,65	33,95	2,11
2021	92/2	СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	185/10	6,59	9,61	24,91	217,72	8,16
2012	304	ПЛОВ С МЯСОМ	210	10,97	10,41	41,32	303,62	1,31
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,20	36,78	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,68	0,30	24,19	114,16	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,69	0,22	10,83	52,13	0,00
Итого			709	23,52	21,94	115,10	758,36	11,58
Полдник								
2008	435	КЕФИР	210	6,17	5,32	8,51	112,75	1,49
2008		БАТОН	25	2,04	0,25	12,51	60,62	0,00
2021	231/1	ПОВИДЛО	10	0,04	0,00	6,24	25,10	0,02
Итого			245	8,25	5,57	27,26	198,47	1,51
Ужин								
2008	231/1	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	180	26,61	9,03	5,48	194,36	0,40
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,47	2,50	2,45	34,51	0,96
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,16	0,07	11,47	50,12	19,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,69	0,22	10,83	52,13	0,00
Итого			456	28,93	11,82	30,23	331,12	20,72
Всего				84,01	58,85	224,03	1 762,55	36,60
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г

Заверено

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

МЕНЮ

27 марта 2025 г.

Если 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								
2008	227/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120	15,81	13,28	9,33	219,41	0,22
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ МОЛОЧНЫЙ	30	0,74	1,74	3,49	32,86	0,11
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,00	6,84	28,08	0,04
2008		БАТОН	20	1,62	0,20	9,95	48,21	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,02	0,04	36,44	0,00
Итого			355	18,37	19,24	29,65	365,00	0,37
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	35	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	30	0,40	0,85	3,80	24,88	1,69
2021	92/2	СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	165/8	6,11	7,84	22,69	190,08	7,90
2012	304	ПЛОВ С МЯСОМ	165	8,55	9,27	25,86	221,77	1,20
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	8,20	32,75	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,45	0,20	16,08	75,90	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,36	0,18	8,70	41,84	0,00
Итого			571	18,87	18,34	85,33	587,22	10,79
Полдник								
2008	435	КЕФИР	170	4,88	4,21	6,73	89,15	1,18
2008		БАТОН	20	1,62	0,20	9,95	48,21	0,00
2021	231/1	ПОВИДЛО	10	0,04	0,00	6,24	25,10	0,02
Итого			200	6,54	4,41	22,92	162,46	1,20
Ужин								
2008	231/1	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	180	25,14	8,01	2,42	167,70	0,32
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	20	0,47	1,02	2,55	21,67	0,86
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,10	0,04	6,66	29,33	12,31
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,36	0,18	8,70	41,84	0,00
Итого			401	27,07	9,25	20,33	260,54	13,49
Всего				71,43	51,36	169,71	1 425,06	28,17
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г