

Заверено

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

МЕНЮ

31 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	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,62	6,21	30,08	203,34	0,60
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,77	3,02	11,71	89,93	0,65
2008		БАТОН	25	1,97	0,25	12,06	58,46	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,55	0,04	41,24	0,00
Итого			391	12,39	14,03	53,89	392,97	1,25
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			100	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО И СОЛЕННОГО ОГУРЦА	50	0,53	1,36	1,11	19,42	1,01
2021	94/1	СУП ПЕРЛОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,82	8,08	23,34	198,88	8,27
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	8,81	10,19	11,03	173,41	36,09
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	11,06	46,48	1,21
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,23	0,26	21,25	100,27	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,11	0,41	19,90	95,75	0,00
Итого			709	22,62	20,42	87,69	634,21	46,58
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	210	5,92	5,10	9,80	110,25	1,10
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,70	0,89	27,49	136,73	0,08
2021	231/1	ПОВИДЛО	10	0,07	0,00	10,80	43,45	0,03
Итого			270	10,69	5,99	48,09	290,43	1,21
Ужин								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200	3,24	3,62	25,96	149,62	12,44
2021	249	ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ	70	13,42	8,40	9,27	160,97	0,16
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,19	0,08	10,87	48,52	23,17
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,55	0,21	9,94	47,83	0,00
Итого			493	18,40	12,31	56,04	406,94	35,77
Всего				64,68	52,87	257,19	1 774,39	87,13
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра


Викторова Е.Г.

Заверено

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

МЕНЮ

31 марта 2025 г.

Ясли 12 часов



Сбор-н ик 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	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,66	5,30	22,77	162,29	0,60
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,19	2,55	10,66	79,09	0,55
2008		БАТОН	25	1,97	0,25	12,12	58,74	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,86	0,04	35,01	0,00
Итого			360	10,84	11,96	45,59	335,13	1,15
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	100	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			100	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО И СОЛЕННОГО ОГУРЦА	30	0,31	0,85	0,67	11,95	0,60
2021	94/1	СУП ПЕРЛОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/8	5,89	7,15	20,62	175,15	7,33
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	160	7,74	8,99	10,01	153,99	29,62
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	9,62	40,34	1,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,16	0,18	14,20	67,02	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,24	0,16	7,94	38,19	0,00
Итого			555	17,44	17,43	63,06	486,64	38,56
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160	4,58	3,95	7,58	85,25	0,85
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,64	0,57	14,57	73,97	0,06
2021	231/1	ПОВИДЛО	10	0,07	0,00	10,76	43,30	0,03
Итого			220	7,29	4,52	32,91	202,52	0,94
Ужин								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	2,90	2,77	23,21	129,66	11,00
2021	249	ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ	65	10,42	7,64	7,48	137,30	0,10
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	160	0,10	0,04	5,93	26,33	11,92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,24	0,16	7,94	38,19	0,00
Итого			425	14,66	10,61	44,56	331,48	23,02
Всего				50,81	44,64	197,60	1 405,61	65,99
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г