

Заверено

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город" лог. Придорожный

руководитель

Штерман М.И./

МЕНЮ

3 апреля 2025 г.

Сад 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	190	7,06	8,28	24,21	200,44	0,69
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,92	3,14	12,57	95,14	0,68
2008		БАТОН	34	2,74	0,34	16,79	81,37	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,03	5,45	0,05	49,38	0,00
Итого			411	13,75	17,21	53,62	426,33	1,37
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								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,67	2,00	3,51	35,03	1,80
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	7,49	8,59	20,22	193,70	15,73
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,30	5,23	23,04	152,84	11,27
	277	КУРЫ ТУШЕНЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТАМИ	70	5,94	7,00	3,28	100,12	1,29
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,22	36,86	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,25	0,26	21,40	101,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,52	0,20	9,72	46,79	0,00
Итого			706	22,17	23,28	90,39	666,34	30,09
Полдник								
2008	435	КЕФИР	202	5,86	5,05	8,08	107,03	1,41
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,18	0,93	23,57	119,31	0,10
Итого			252	10,04	5,98	31,65	226,34	1,51
Ужин								
2008	231/1	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ	215	26,00	5,29	6,58	161,18	3,16
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЯБЛОКОМ	200	0,31	0,21	15,14	67,97	22,63
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,29	0,30	14,64	70,46	0,00
Итого			450	28,60	5,80	36,36	299,61	25,79
Всего				75,14	52,39	223,50	1 668,46	61,08
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г.



ГБОУ СОШ "ОЦ "Южный город" пос. Придорожный
Штерман М.И/

руководитель

МЕНЮ

3 апреля 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	170	6,02	6,73	19,63	163,91	0,62
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,60	2,91	10,79	84,52	0,62
2008		БАТОН	29	2,35	0,29	14,44	70,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,03	5,50	0,05	49,87	0,00
Итого			366	12,00	15,43	44,91	368,30	1,24
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								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	0,60	1,60	3,10	29,47	1,59
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/7	6,28	6,08	13,38	137,57	11,74
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,65	3,94	18,68	121,16	9,16
	277	КУРЫ ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТАМИ	60	5,21	6,03	2,36	84,94	1,11
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	8,16	32,63	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,81	0,15	11,91	56,19	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,52	0,20	9,72	46,79	0,00
Итого			574	18,07	18,00	67,31	508,75	23,60
Полдник								
2008	435	КЕФИР	170	4,98	4,29	6,87	91,04	1,20
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	30	2,54	0,56	14,13	71,65	0,06
Итого			200	7,52	4,85	21,00	162,69	1,26
Ужин								
2008	231/1	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ	200	22,49	4,68	6,02	141,71	2,87
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЯБЛОКОМ	180	0,22	0,15	9,37	42,32	13,63
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,52	0,20	9,72	46,79	0,00
Итого			403	24,23	5,03	25,11	230,82	16,50
Всего				62,40	43,43	169,81	1 320,40	44,92
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г