

Заверено

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

МЕНЮ

10 апреля 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								
2021	231/1	ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ ИЗ ТВОРОГА	145	18,02	13,30	18,98	267,09	0,26
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,84	3,07	12,58	94,18	0,66
2008		БАТОН	35	2,82	0,35	17,33	84,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,08	6,58	0,08	59,43	0,00
Итого			386	24,76	23,30	48,97	504,70	0,92
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	102	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			102	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	53	0,42	0,05	0,89	6,83	2,63
2012	62	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,64	8,45	20,78	191,21	16,78
2008	181	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	120	5,13	5,10	23,18	158,99	0,00
	277	ПОДЛИВКА КУРИНАЯ	50	5,01	6,09	1,67	81,73	0,72
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,46	0,03	13,91	58,05	0,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,03	0,17	13,37	63,09	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,34	0,18	8,56	41,18	0,00
Итого			640	21,03	20,07	82,36	601,08	20,27
Полдник								
2008	435	КЕФИР	160	4,87	4,20	6,72	89,01	1,18
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,23	1,60	12,16	68,16	0,00
Итого			180	6,10	5,80	18,88	157,17	1,18
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	180	17,66	9,27	7,90	175,16	0,26
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	40	0,40	2,05	1,98	28,29	0,80
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,17	0,07	11,91	52,26	21,03
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,22	10,76	51,75	0,00
Итого			445	19,91	11,61	32,55	307,46	22,09
Всего				72,38	60,90	194,24	1 620,25	46,78
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г.

Заверено

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город" пос. Придорожный

руководитель

Штерман М.И./

МЕНЮ

10 апреля 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								
2021	231/1	ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ ИЗ ТВОРОГА	130	14,64	12,57	14,68	230,18	0,18
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,52	2,83	11,85	87,83	0,61
2008		БАТОН	30	2,42	0,30	14,82	71,86	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,81	0,04	34,52	0,00
Итого			345	20,60	19,51	41,39	424,39	0,79
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	102	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			102	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	33	0,26	0,03	0,56	4,28	1,64
2012	62	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,86	7,50	17,56	166,21	13,94
2008	181	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	110	3,09	3,57	13,95	100,17	0,00
	277	ПОДЛИВКА КУРИНАЯ	50	4,69	5,50	1,49	74,43	0,54
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,41	0,02	12,57	52,42	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,44	0,20	16,02	75,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,34	0,18	8,56	41,18	0,00
Итого			564	18,09	17,00	70,71	514,29	16,25
Полдник								
2008	435	КЕФИР	150	4,41	3,80	6,08	80,62	1,06
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,23	1,60	12,16	68,16	0,00
Итого			170	5,64	5,40	18,24	148,78	1,06
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	170	15,99	7,14	1,03	122,41	0,24
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	30	0,46	0,03	2,44	12,17	0,67
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,11	0,05	6,74	29,85	13,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,34	0,18	8,56	41,18	0,00
Итого			400	17,90	7,40	18,77	205,61	13,99
Всего				62,81	49,43	160,59	1 342,91	34,41
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г.