

Заверено

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

МЕНЮ

11 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	180	6,29	6,44	30,07	204,20	0,64
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,63	3,07	10,22	83,99	0,62
2008		БАТОН	20	1,69	0,21	10,39	50,37	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
Итого			375	11,66	13,87	50,73	376,06	1,26
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								
2021	137	СЛАЙСЫ СВЕКОЛЬНЫЕ	50	0,62	0,04	3,65	17,43	1,71
2008	98	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	190/10	6,64	7,84	21,42	188,33	9,26
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	125	14,19	6,58	10,37	172,22	9,98
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,50	2,54	2,71	36,00	1,09
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,96	31,85	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,02	0,25	19,86	93,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,24	0,43	20,75	99,83	0,00
Итого			674	28,21	17,68	86,72	639,39	22,04
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	170	5,20	4,47	21,56	148,54	0,96
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	2,92	0,34	18,40	88,48	0,00
Итого			220	8,12	4,81	39,96	237,02	0,96
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	110	0,39	0,39	9,50	45,57	9,70
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	90	0,82	1,70	6,15	43,98	1,30
2021	454	ПИРОГ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОСЫПКОЙ	125	7,14	8,07	41,43	266,81	0,08
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,21	0,00	6,77	27,95	0,04
Итого			505	8,56	10,16	63,85	384,31	11,12
Всего				57,13	46,64	252,74	1 686,62	37,70
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

Викторова Е.Г.

МЕНЮ

11 апреля 2025 г.

Если 12 часов

Если 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	180	5,39	6,86	25,07	184,37	0,58
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,33	2,83	9,96	79,51	0,58
2008		БАТОН	20	1,69	0,21	10,39	50,37	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,13	0,05	37,35	0,00
Итого			355	10,46	14,03	45,47	351,60	1,16
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								
2021	137	СЛАЙСЫ СВЕКОЛЬНЫЕ	30	0,38	0,03	2,20	10,51	1,03
2008	98	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,81	6,96	18,52	164,89	8,10
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	120	11,73	4,66	8,24	133,89	8,13
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,55	1,84	2,79	30,44	1,38
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,21	28,80	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,35	0,11	8,87	41,86	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,94	0,26	12,42	59,76	0,00
Итого			549	21,76	13,86	60,25	470,15	18,64
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	3,90	3,36	17,51	116,80	0,72
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	2,92	0,34	18,40	88,48	0,00
Итого			200	6,82	3,70	35,91	205,28	0,72
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	90	0,32	0,32	7,83	37,53	7,99
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	70	0,66	1,40	5,05	36,11	1,04
2021	454	ПИРОГ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОСЫПКОЙ	115	6,74	7,85	38,30	250,63	0,07
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,17	0,00	5,09	21,09	0,04
Итого			455	7,89	9,57	56,27	345,36	9,14
Всего				47,51	41,28	209,38	1 422,23	31,98
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра  Викторова Е.Г.