

Заверено

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

МЕНЮ

14 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 2 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	190	6,17	6,05	25,40	181,43	0,57
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,25	2,75	10,00	78,61	0,56
2008		БАТОН	35	2,81	0,35	17,25	83,62	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,13	0,03	28,37	0,00
Итого			390	12,25	12,28	52,68	372,03	1,13
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	35	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	50	0,61	0,76	4,61	28,01	2,10
2021	94/1	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/8	6,07	7,02	16,63	157,32	12,45
2008	321/1	СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	120	13,87	15,64	6,90	224,04	0,39
2012	349	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	80	0,74	1,08	4,03	29,16	1,72
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,45	0,03	13,25	55,41	0,14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,12	0,25	20,51	96,81	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,44	21,11	101,59	0,00
Итого			709	28,16	25,22	87,04	692,34	16,80
Полдник								
2008	435	КЕФИР	165	4,74	4,09	6,54	86,69	1,14
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,28	1,67	12,66	70,94	0,00
Итого			180	6,02	5,76	19,20	157,63	1,14
Ужин								
2012	129	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	125	1,84	2,70	10,76	78,15	2,07
2012	231	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	135	18,34	11,95	25,18	280,97	0,22
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ	13	0,90	1,07	6,97	41,21	0,05
2008	411/1	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	180	0,00	0,00	8,34	33,37	0,00
Итого			453	21,08	15,72	51,25	433,70	2,34
Всего				68,09	59,10	221,65	1 705,54	23,73
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра

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

МЕНЮ

14 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								
2008	190	КАША 2 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	170	5,22	4,96	21,54	152,23	0,52
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,98	2,53	9,64	73,98	0,52
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,20	0,03	28,99	0,00
Итого			365	10,62	10,99	45,94	326,60	1,04
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	35	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	30	0,41	0,49	3,61	20,82	1,61
2021	94/1	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/4	5,63	5,63	15,48	137,20	11,35
2008	321/1	СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	110	11,68	12,40	4,78	177,63	0,40
2012	348/1	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	50	0,80	1,06	4,21	30,14	2,03
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,39	0,02	11,54	48,26	0,12
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,07	0,17	13,62	64,28	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,63	0,35	16,87	81,17	0,00
Итого			571	23,61	20,12	70,11	559,50	15,51
Полдник								
2008	435	КЕФИР	160	4,56	3,93	6,29	83,39	1,10
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	0,86	1,12	8,50	47,66	0,00
Итого			175	5,42	5,05	14,79	131,05	1,10
Ужин								
2008	342	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	1,48	2,12	8,80	62,83	1,67
2012	231	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	115	14,12	9,36	20,11	220,79	0,16
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ	10	0,46	0,54	3,51	20,78	0,03
2008	411/1	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	160	0,00	0,00	5,79	23,18	0,00
Итого			385	16,06	12,02	38,21	327,58	1,86
Всего				56,29	48,30	180,53	1 394,57	21,83
Стоимость меню 143 рубля								

мед.сестра