

Утверждаю

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



МЕНЮ

22 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	94	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	190	6,73	6,90	22,18	178,46	0,66
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	190	3,24	2,61	9,29	74,36	0,80
2008		БАТОН	24	1,95	0,24	11,97	58,01	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,58	0,04	41,52	0,00
Итого			410	11,95	14,33	43,48	352,35	1,28
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	116	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			116	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2021	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	7,61	9,70	17,78	193,63	6,43
2008	306/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	185	10,27	12,24	13,60	207,75	30,94
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,08	0,08	8,82	36,75	0,76
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,26	0,18	14,84	70,06	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	34	0,26	0,03	0,55	4,27	0,68
Итого			619	20,48	22,23	55,59	512,46	38,81
Полдник								
2008	411/1	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	220	0,00	0,00	9,67	38,71	0,00
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30	2,37	0,84	11,61	63,77	0,00
Итого			250	2,37	0,84	21,28	102,48	0,00
Ужин								
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,92	4,45	0,27	60,78	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	48	0,92	4,30	3,72	57,55	3,39
2012	212	БЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ, ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	100	4,56	4,49	22,81	150,24	0,01
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,18	0,08	9,67	43,68	22,71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,29	0,44	21,09	101,46	0,00
Итого			438	13,87	13,76	57,56	413,71	26,11
Всего				49,25	51,28	189,39	1 430,84	68,52

Мед.сестра

Унжина Н.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ

22 апреля 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
			170	6,03	6,21	19,21	157,37	0,60
2012	94	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	3,48	2,85	9,67	79,02	0,65
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	20	1,57	0,20	9,62	46,61	0,00
2008		БАТОН	5	0,02	3,78	0,04	34,28	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	375	11,10	13,04	38,54	317,28	1,25
Итого								
II Завтрак								
			116	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	116	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого								
Обед								
			160/9	7,05	9,05	15,54	176,24	5,61
2021	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	155	11,65	12,02	9,80	195,81	26,73
2008	306/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	150	0,06	0,06	7,77	32,28	0,64
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	30	2,26	0,18	14,84	70,06	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	0,16	0,02	0,35	2,68	0,42
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	525	21,18	21,33	48,30	477,07	33,40
Итого								
Полдник								
			170	0,00	0,00	6,11	24,45	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	30	2,70	1,26	11,61	68,99	0,01
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	200	2,70	1,26	17,72	93,44	0,01
Итого								
Ужин								
			40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	29	0,55	2,59	2,24	34,59	2,03
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	90	3,01	3,05	16,26	104,87	0,00
2012	212	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ ,ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	180	0,11	0,05	5,39	24,51	13,33
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	40	2,63	0,35	16,87	81,16	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	379	11,26	10,53	41,03	306,42	15,36
Итого								
Всего								
				46,82	46,28	157,07	1 244,05	52,34

Мед сестра

Handwritten signature

Унжина Н.А.