

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 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								
2008	227/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140	17,69	12,70	10,24	225,23	0,27
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ МОЛОЧНЫЙ	45	0,79	2,09	3,42	35,80	0,11
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	4,76	19,81	0,04
2008		БАТОН	25	1,99	0,25	12,20	59,12	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,89	0,04	35,29	0,00
Итого			415	20,69	18,93	30,66	375,25	0,42
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	104	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			104	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2012	35	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	50	0,65	1,74	4,78	37,60	2,18
2021	92/2	СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	5,14	9,34	17,91	180,82	6,80
2012	304	ПЛОВ С МЯСОМ	160	8,87	10,10	33,02	258,69	0,68
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,34	0,02	8,85	37,21	0,11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,27	0,18	14,95	70,57	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,71	0,23	10,97	52,80	0,00
Итого			636	18,98	21,61	90,48	637,69	9,77
Полдник								
2008		БАТОН	25	1,99	0,25	12,20	59,12	0,00
2021	231/1	ПОВИДЛО	8	0,03	0,00	5,39	21,72	0,02
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	2,39	2,05	21,31	113,71	0,44
Итого			233	4,41	2,30	38,90	194,55	0,46
Ужин								
2008	231/1	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	155	23,06	9,07	4,85	180,66	0,34
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	40	0,23	3,18	1,25	34,75	0,48
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	195	0,17	0,08	8,07	37,03	21,61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,71	0,23	10,97	52,80	0,00
Итого			416	25,17	12,56	25,14	305,24	22,43
Всего				69,83	55,52	196,66	1 562,57	35,40

Мед.сестра

Унжина Н.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 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								
2008	227/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	110	14,69	13,04	6,36	201,03	0,20
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ МОЛОЧНЫЙ	25	0,63	1,55	2,38	25,91	0,09
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,16	0,00	4,13	17,21	0,03
2008		БАТОН	20	1,58	0,20	9,72	47,13	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,04	0,04	36,67	0,00
Итого			340	17,08	18,83	22,63	327,95	0,32
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	104	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			104	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2012	35	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	30	0,42	1,04	3,77	26,53	1,68
2021	92/2	СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/8	4,74	7,56	16,44	156,35	6,47
2012	304	ПЛОВ С МЯСОМ	120	6,82	8,62	19,98	185,01	0,52
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,34	0,02	8,24	34,74	0,11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,51	0,12	9,94	46,90	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,38	0,18	8,81	42,39	0,00
Итого			509	15,21	17,54	67,18	491,92	8,78
Полдник								
2008		БАТОН	20	1,58	0,20	9,72	47,13	0,00
2021	231/1	ПОВИДЛО	8	0,03	0,00	5,39	21,72	0,02
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	165	1,92	1,65	17,25	91,97	0,35
Итого			193	3,53	1,85	32,36	160,82	0,37
Ужин								
2008	231/1	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	155	21,82	7,86	2,17	154,56	0,26
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	15	0,31	1,36	1,73	20,48	0,53
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,11	0,04	4,69	21,54	12,54
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,38	0,18	8,81	42,39	0,00
Итого			371	23,62	9,44	17,40	238,97	13,33
Всего				60,02	47,78	151,05	1 269,50	25,12

Мед.сестра

Унжина Н.А.