

Утверждаю

Руководитель

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



МЕНЮ

25 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,01	7,32	28,82	209,96	0,66
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,69	3,03	13,22	95,67	0,65
2008		БАТОН	25	2,01	0,25	12,36	59,90	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
Итого			400	12,76	14,75	54,45	403,03	1,31
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	138	0,55	0,55	13,48	64,65	13,76
Итого			138	0,55	0,55	13,48	64,65	13,76
Обед								
2008	98	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/9	6,02	8,80	17,72	178,59	6,97
2008	209/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,50	4,37	28,77	172,58	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР	65	7,12	7,96	0,06	100,50	0,27
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,35	0,02	11,75	48,93	0,11
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	0,27	2,39	1,04	28,70	0,19
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,97	0,16	12,99	61,29	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	38	0,26	0,03	0,55	4,21	0,67
Итого			648	20,49	23,73	72,88	594,80	8,21
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,41	0,18	7,21	55,86	1,80
2008		ПЕЧЕНЬЕ	22	1,66	2,17	16,44	92,16	0,00
Итого			202	7,07	2,35	23,65	148,02	1,80
Ужин								
2008	40/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,45	4,61	0,75	46,89	3,08
2021	214/1	СУХАРНИК	145	10,76	14,51	14,66	232,82	0,25
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	6,90	28,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,25	0,43	20,82	100,18	0,00
Итого			424	14,66	19,55	43,13	408,30	3,37
Всего				55,53	60,93	207,59	1 618,80	28,45

Мед.сестра

Унжина Н.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,84	6,28	23,36	174,12	0,60
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,38	2,79	10,74	82,39	0,60
2008		БАТОН	20	1,62	0,20	9,92	48,08	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,96	0,04	35,90	0,00
Итого			355	10,86	13,23	44,06	340,49	1,20
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	138	0,55	0,55	13,48	64,63	13,75
Итого			138	0,55	0,55	13,48	64,63	13,75
Обед								
2008	98	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,59	7,81	15,27	156,07	6,11
2008	209/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,22	2,79	20,54	120,13	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР	50	7,81	9,26	2,53	124,68	0,22
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	0,26	2,34	1,00	27,91	0,18
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,35	0,02	10,81	45,16	0,11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,59	0,13	10,44	49,26	0,00
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	24	0,16	0,02	0,35	2,65	0,42
Итого			544	18,98	22,37	60,94	525,86	7,04
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,23	4,51	7,21	95,51	1,26
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,11	1,45	11,01	61,72	0,00
Итого			195	6,34	5,96	18,22	157,23	1,26
Ужин								
2008	40/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	1,01	1,46	1,68	25,48	6,94
2021	214/1	СУХАРНИК	130	9,72	12,61	9,46	190,43	0,20
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,18	0,00	6,78	27,85	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,60	0,34	16,62	79,95	0,00
Итого			379	13,51	14,41	34,54	323,71	7,18
Всего				50,24	56,52	171,24	1 411,92	30,43

Мед.сестра

Унжина Н.А.