

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 июня 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								
			190	6,80	6,45	24,56	184,05	0,60
2012	94	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	190	3,24	2,59	10,81	80,30	0,61
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	25	1,97	0,25	12,09	58,59	0,00
2008		БАТОН	5	0,02	4,09	0,04	37,04	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	410	12,03	13,38	47,50	359,98	1,21
Итого								
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ ТЕРТОЙ МОРКОВИ	50	0,59	1,89	3,16	32,67	0,94
2021	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	7,05	8,79	19,93	192,44	7,11
2008	306/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	215	9,08	10,54	14,55	191,58	30,94
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,10	0,10	11,89	49,35	0,95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,54	0,21	16,69	78,76	0,00
Итого			668	19,36	21,53	66,22	544,80	39,94
Полдник								
2008	411/1	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	220	0,00	0,00	6,65	26,62	0,00
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30	2,40	0,87	11,73	64,63	0,01
Итого			250	2,40	0,87	18,38	91,25	0,01
Ужин								
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	41	5,03	4,56	0,28	62,18	0,00
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	48	0,92	4,30	3,72	57,47	3,38
2012	212	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ, ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	110	5,42	4,74	27,29	173,98	0,02
20108/1		ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,16	0,07	12,02	52,56	20,38
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,17	0,42	20,29	97,61	0,00
Итого			447	14,70	14,09	63,60	443,80	23,78
Итого				49,07	49,99	207,18	1 489,67	67,26

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город, пр. Придорожный
Штерман М.И.

МЕНЮ

3 июня 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	6,42	6,23	21,72	169,30	0,60
2012	94	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	3,47	2,82	11,23	85,04	0,64
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	20	1,58	0,20	9,71	47,05	0,00
2008		БАТОН	4	0,02	3,65	0,04	33,05	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	374	11,49	12,90	42,70	334,44	1,24
Итого								
II Завтрак								
			115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого								
Обед								
			30	0,36	1,16	1,90	19,77	0,57
2012	41	САЛАТ ИЗ ТЕРТОЙ МОРКОВИ	160/9	6,52	8,25	17,66	175,77	6,27
2021	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	170	10,43	10,40	11,59	183,91	31,34
2008	306/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	150	0,11	0,11	11,15	46,61	1,09
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	33	2,54	0,21	16,69	78,76	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	552	19,96	20,13	58,99	504,82	39,27
Итого								
Полдник								
			170	0,00	0,00	3,41	13,65	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	30	2,76	1,33	11,74	70,37	0,01
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	200	2,76	1,33	15,15	84,02	0,01
Итого								
Ужин								
			41	5,07	4,60	0,28	62,72	0,00
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	29	0,55	2,57	2,23	34,42	2,02
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	110	4,67	3,87	25,95	157,42	0,01
2012	212	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ ,ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	180	0,10	0,04	6,82	29,92	12,08
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	38	2,54	0,34	16,27	78,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	398	12,93	11,42	51,55	362,74	14,11
Итого				47,72	45,90	179,87	1 335,86	56,95
Итого								

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.