

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

МЕНЮ

6 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								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	6,41	6,84	27,00	195,85	0,58
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,20	2,64	11,44	82,96	0,56
2008		БАТОН	25	1,96	0,25	12,06	58,44	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
Итого			400	11,62	13,88	50,55	374,75	1,14
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	133	0,53	0,53	13,06	62,61	13,32
Итого			133	0,53	0,53	13,06	62,61	13,32
Обед								
2021	137	ПАЛОЧКИ МОРКОВНЫЕ	47	0,62	0,05	3,31	16,79	0,99
2008	98	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/9	6,24	8,11	17,35	171,32	6,70
2008	209/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,20	4,28	26,82	162,78	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР	70	6,63	6,90	0,30	89,94	0,38
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,35	0,02	10,55	44,10	0,11
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,61	1,75	3,16	32,56	0,66
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,96	0,16	12,88	60,78	0,00
Итого			692	20,61	21,27	74,37	578,27	8,84
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	195	5,19	4,47	17,76	133,25	0,96
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,46	1,91	14,51	81,32	0,00
Итого			215	6,65	6,38	32,27	214,57	0,96
Ужин								
2008	40/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	65	0,83	3,16	4,20	49,09	5,82
2021	214/1	СУХАРНИК	135	9,22	12,06	12,97	197,51	0,10
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,17	0,00	6,02	24,73	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,27	0,44	20,96	100,85	0,00
Итого			449	13,49	15,66	44,15	372,18	5,96
Всего				52,90	57,72	214,40	1 602,38	30,22

Мед. сестра

Кучкина Ю.В.

МЕНЮ

6 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								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	170	5,44	5,77	22,30	163,46	0,54
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,09	2,54	10,41	77,48	0,54
2008		БАТОН	20	1,58	0,20	9,69	46,97	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,91	0,04	35,43	0,00
Итого			355	10,13	12,42	42,44	323,34	1,08
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	133	0,53	0,53	13,08	62,71	13,34
Итого			133	0,53	0,53	13,08	62,71	13,34
Обед								
2021	137	ПАЛОЧКИ МОРКОВНЫЕ	28	0,38	0,03	2,00	10,12	0,60
2008	98	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/5	6,50	7,38	19,31	172,10	7,30
2008	209/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2,68	2,42	17,12	101,07	0,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР	50	7,07	7,94	0,37	101,33	0,33
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	0,26	0,72	1,35	13,57	0,23
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,35	0,02	10,78	44,93	0,11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,57	0,13	10,30	48,61	0,00
Итого			544	18,81	18,64	61,23	491,73	8,57
Полдник								
2008	435	КЕФИР	174	5,06	4,36	6,98	92,47	1,22
2008		ПЕЧЕНЬЕ	13	0,97	1,26	9,59	53,77	0,00
Итого			187	6,03	5,62	16,57	146,24	1,22
Ужин								
2008	40/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,42	1,09	1,50	18,00	2,96
2021	214/1	СУХАРНИК	115	8,94	11,15	9,06	172,51	0,18
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	8,56	34,98	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,61	0,35	16,73	80,51	0,00
Итого			384	12,16	12,59	35,85	306,00	3,18
Всего				47,66	49,80	169,17	1 330,02	27,39

Мед. сестра _____ Кучкина Ю.В.