

Утверждаю
ГБОУ СОШ "ОЦ "Южный город" при Придорожном
Детском доме "Лукоморье"
Руководитель
Штерман М.И.

МЕНЮ 18 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	170	6,28	8,69	21,81	191,26	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,61	3,06	9,33	80,10	0,62
2008		БАТОН	28	2,27	0,28	13,93	67,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,13	0,05	37,35	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	1,81	2,30	0,00	28,39	0,02
Итого			373	14,02	18,46	45,12	404,60	1,26
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	93	0,37	0,37	9,09	43,61	9,28
Итого			93	0,37	0,37	9,09	43,61	9,28
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	0,58	2,15	3,10	34,25	1,58
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,33	8,41	15,95	165,23	7,88
2021	212/1	ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ	130	9,10	10,15	19,56	205,95	0,20
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,63	1,01	3,33	25,30	1,40
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,37	0,02	10,94	45,78	0,12
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,55	0,13	10,20	48,14	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,29	0,17	8,27	39,79	0,00
Итого			549	18,85	22,04	71,35	564,44	11,18
Полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	7,55	32,53	1,24
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	30	1,56	0,34	8,91	44,90	0,04
Итого			210	1,68	0,46	16,46	77,43	1,28
Ужин								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,88	4,41	0,27	60,30	0,00
2012	45	РАГУ ОВОЩНОЕ	170	4,12	6,04	21,24	157,36	19,87
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,16	0,00	5,90	24,21	0,03
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,29	0,17	8,27	39,79	0,00
Итого			410	10,45	10,62	35,68	281,66	19,90
Всего				45,37	51,95	177,70	1 371,74	42,90

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

Руководит
Придорож
Штерман И

Утверждаю
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южного городского округа Придорожный
Штерман М.И./

МЕНЮ

18 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,43	8,31	27,64	215,70	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,85	3,27	10,68	88,55	0,68
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,23	0,04	38,31	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	1,82	2,32	0,00	28,56	0,02
Итого			415	15,53	18,43	53,09	442,52	1,32
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	122	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			122	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,65	2,62	3,52	40,60	1,79
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	5,83	6,87	17,93	162,04	8,90
2021	212/1	ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ	150	11,91	10,91	27,50	255,93	0,22
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,47	1,05	2,52	21,64	0,94
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,42	0,02	12,33	51,55	0,13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,33	0,27	21,91	103,39	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,62	0,22	10,36	49,87	0,00
Итого			688	24,23	21,96	96,07	685,02	11,98
Полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	200	0,14	0,14	8,41	36,26	1,38
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,75	0,91	27,69	137,79	0,08
Итого			250	4,89	1,05	36,10	174,05	1,46
Ужин								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,93	4,46	0,27	60,93	0,00
2012	45	РАГУ ОВОЩНОЕ	190	4,80	9,03	25,92	205,84	23,78
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,17	0,00	7,51	30,74	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,62	0,22	10,36	49,87	0,00
Итого			454	11,52	13,71	44,06	347,38	23,82
Всего				56,75	55,27	240,80	1 698,81	40,90

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.