

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город" пр. Придорожный

Литерман М.И.

МЕНЮ

23 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	190	КАША 2 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	170	5,16	5,74	17,66	143,79	0,64
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,68	3,13	10,67	86,55	0,64
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,82	0,04	34,63	0,00
Итого			365	11,26	12,99	43,10	336,37	1,28
II Завтрак								
2008	442	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	115	0,09	0,09	4,98	21,64	0,89
Итого			115	0,09	0,09	4,98	21,64	0,89
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	0,67	2,24	3,68	37,94	1,86
2021	94/1	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/4	5,44	6,69	14,49	141,91	12,60
2008	321/1	СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	130	12,83	14,51	6,08	206,40	0,36
2012	348/1	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	30	0,44	2,19	2,36	31,18	0,92
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,53	30,09	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,22	0,18	14,59	68,85	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,57	0,34	16,49	79,32	0,00
Итого			572	24,17	26,15	65,22	595,69	15,74
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,23	4,50	7,21	95,50	1,26
2008		ПЕЧЕНЬЕ	16	1,19	1,56	11,85	66,41	0,00
Итого			196	6,42	6,06	19,06	161,91	1,26
Ужин								
2008	342	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	1,45	2,14	8,50	61,66	1,63
2012	231	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	130	14,86	11,52	18,63	237,29	0,17
		СОУС СЛАДКИЙ	15	0,02	0,00	2,97	11,93	0,01
2008	411/1	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	160	0,00	0,00	5,58	22,32	0,00
Итого			405	16,33	13,66	35,68	333,20	1,81
Всего				58,27	58,95	168,04	1 448,81	20,98

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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	190	КАША 2 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	190	5,87	6,68	21,31	171,47	0,70
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,95	3,37	11,15	91,73	0,70
2008		БАТОН	35	2,80	0,35	17,16	83,16	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,82	0,04	34,63	0,00
Итого			415	12,64	14,42	49,66	380,99	1,40
II Завтрак								
2008	442	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	115	0,09	0,09	7,06	30,03	0,94
Итого			115	0,09	0,09	7,06	30,03	0,94
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,75	2,17	4,06	39,04	2,06
2021	94/1	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/8	6,54	8,55	16,76	172,64	13,97
2008	321/1	СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	150	14,10	18,23	7,84	252,06	0,38
2012	349	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	50	0,54	2,10	2,78	32,50	1,16
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,57	34,24	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,26	0,26	21,43	101,12	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,16	0,42	20,22	97,28	0,00
Итого			709	28,35	31,73	81,66	728,88	17,57
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	106,06	1,40
2008		ПЕЧЕНЬЕ	24	1,78	2,33	17,70	99,22	0,00
Итого			224	7,58	7,33	25,70	205,28	1,40
Ужин								
2012	129	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	1,71	3,03	10,17	77,97	1,93
2012	231	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	150	18,74	14,01	22,97	292,28	0,23
		СОУС СЛАДКИЙ	20	0,04	0,00	6,03	24,28	0,02
2008	411/1	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	180	0,00	0,00	8,03	32,13	0,00
Итого			480	20,49	17,04	47,20	426,66	2,18
Всего				69,15	70,61	211,28	1 771,84	23,49

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.