

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южная город. пр-д. Придорожный
директор М.И.

МЕНЮ

24 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	5,52	5,78	23,85	189,34	0,50
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	160	2,35	1,90	8,80	62,14	0,44
2012	384	ЧАЙ С МОЛОКОМ	29	2,32	0,29	14,24	69,02	0,00
2008		БАТОН	4	0,02	3,71	0,04	33,66	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	363	10,21	11,68	46,73	334,16	0,94
Итого								
II Завтрак								
			95	0,38	0,38	9,34	44,79	9,53
2008		ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,34	44,79	9,53
Итого								
Обед								
2008	40/1	САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,43	1,28	2,36	22,66	1,34
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,17	5,44	12,99	126,05	11,42
2008	260	АЗУ ПО ТАТАРСКИ	150	7,45	8,68	22,92	200,61	11,38
2021	372/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,13	0,13	10,78	45,50	1,28
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,23	0,18	14,68	69,27	0,00
			528	15,41	15,71	63,73	464,09	25,42
Итого								
Полдник								
			160	4,63	3,99	6,38	84,54	1,12
2008	435	КЕФИР	30	1,80	0,22	11,36	54,52	0,00
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	190	6,43	4,21	17,74	139,06	1,12
Итого								
Ужин								
			185	18,42	6,33	6,15	143,06	2,28
2008	231/1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	180	0,09	0,04	6,01	26,24	10,00
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	19	1,27	0,17	8,16	39,26	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	384	19,78	6,54	20,32	208,56	12,28
Итого								
Всего				52,21	38,52	157,86	1 190,66	49,29

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

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

МЕНЮ 24 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	5,08	6,09	19,87	155,38	0,94
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,09	2,52	10,03	75,90	0,57
2008		БАТОН	33	2,61	0,33	16,04	77,75	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,92	0,04	35,53	0,00
Итого			408	10,80	12,86	45,98	344,56	1,11
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,35	44,83	9,54
Итого			95	0,38	0,38	9,35	44,83	9,54
Обед								
2008	40/1	САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,69	2,22	3,73	37,78	2,21
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,72	6,02	18,67	161,07	13,99
2008	260	АЗУ ПО ТАТАРСКИ	190	7,76	9,73	23,40	213,26	11,53
2021	372/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,10	0,10	11,19	46,62	1,01
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,19	0,26	20,95	98,87	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,59	0,21	10,17	48,91	0,00
Итого			676	20,05	18,54	88,11	606,51	28,74
Полдник								
2008	435	КЕФИР	187	5,44	4,69	7,50	99,36	1,31
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	2,82	0,32	17,81	85,59	0,00
Итого			237	8,26	5,01	25,31	184,95	1,31
Ужин								
2008	231/1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	210	19,10	7,24	6,59	155,22	2,27
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,15	0,06	10,84	47,17	17,48
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,59	0,21	10,17	48,91	0,00
Итого			434	20,84	7,51	27,60	251,30	19,75
Всего				60,33	44,30	196,35	1 432,15	60,45

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.