

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город, пос. Придорожный
Ермолаева Е.В.

МЕНЮ

4 июля 2025 г.

Если 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	5,66	6,95	19,56	164,15	0,57
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,36	2,83	9,46	77,73	0,57
2008		БАТОН	24	1,93	0,24	11,81	57,27	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,13	0,05	37,35	0,00
Итого			359	11,00	14,15	40,88	336,50	1,14
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	120	0,48	0,48	11,75	56,37	11,99
Итого			120	0,48	0,48	11,75	56,37	11,99
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	0,54	2,19	2,90	33,69	1,48
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,53	7,98	13,98	154,36	5,99
2021	6/н	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	110	8,06	2,81	16,85	125,02	0,00
2008	259/1	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	10,47	4,24	2,03	100,80	8,31
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,95	27,82	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,22	0,18	14,58	68,83	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			598	29,47	17,75	74,25	592,10	15,78
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	3,85	3,31	14,63	104,59	0,71
2008		ПЕЧЕНЬЕ	16	1,22	1,59	12,09	67,76	0,00
Итого			196	5,07	4,90	26,72	172,35	0,71
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	90	1,22	1,94	4,13	39,68	11,53
2021	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАРТОШКОЙ	130	8,33	9,96	50,83	326,35	7,44
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,13	0,13	7,25	31,35	1,26
Итого			400	9,68	12,03	62,21	397,38	20,23
Итого				55,70	49,31	215,81	1 554,70	49,85

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город, пр. Придорожный
д.д. Ермолаева Е.В./

МЕНЮ

4 июля 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	6,99	7,69	28,17	202,56	0,63
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,59	3,03	11,60	89,00	0,62
2008		БАТОН	34	2,68	0,34	16,47	79,83	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,13	0,05	37,35	0,00
Итого			409	13,31	15,19	54,29	408,73	1,25
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00
Итого			120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,66	3,58	3,48	49,12	1,78
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,49	9,02	18,48	186,29	6,15
2021	6/н	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130	12,12	5,00	25,32	194,88	0,00
2008	259/1	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	12,67	5,74	1,82	124,99	9,94
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,80	31,18	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,32	0,27	21,85	103,12	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,44	21,11	101,56	0,00
Итого			714	38,56	24,05	99,86	791,14	17,87
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	5,13	4,41	17,79	132,61	0,95
2008		ПЕЧЕНЬЕ	24	1,81	2,37	17,98	100,78	0,00
Итого			224	6,94	6,78	35,77	233,39	0,95
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	120	1,43	2,30	4,86	46,75	13,66
2021	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАРТОШКОЙ	130	8,14	10,18	48,89	319,71	5,88
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,12	0,12	7,67	32,91	1,19
Итого			450	9,69	12,60	61,42	399,37	20,73
Всего				68,98	59,10	263,10	1 889,03	52,80

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.