

МЕНЮ 16 июля 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	8,09	7,67	21,05	178,26	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,67	3,09	9,83	82,81	0,62
2008		БАТОН	20	1,66	0,21	10,19	49,39	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,05	4,13	0,05	37,35	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,35	2,99	0,00	36,81	0,03
Итого			366	13,82	18,09	41,12	384,62	1,27
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	118	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			118	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	0,59	1,78	3,12	31,08	1,59
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,20	7,99	13,01	149,18	6,45
2021	212/1	ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ	130	9,69	9,20	24,81	220,90	0,20
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,61	1,02	3,15	24,64	1,36
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,98	31,93	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,13	10,41	49,14	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,39	0,18	8,90	42,83	0,00
Итого			549	19,06	20,30	71,38	549,70	9,60
Полдник								
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	30	2,49	0,55	14,30	72,08	0,06
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	160	0,00	0,00	4,05	16,22	0,00
Итого			190	2,49	0,55	18,35	88,30	0,06
Ужин								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	45	РАГУ ОВОЩНОЕ	170	4,06	5,18	19,65	142,91	18,85
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,21	0,00	7,46	30,65	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,39	0,18	8,90	42,83	0,00
Итого			410	10,62	9,85	36,28	277,68	18,89
Итого				46,57	48,91	178,61	1 350,14	32,14

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южная городская округ Придорожный
И.о. Кутель Е.Л./

МЕНЮ 16 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	7,16	7,52	26,47	202,84	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,94	3,33	11,23	91,74	0,68
2008		БАТОН	25	2,07	0,26	12,73	61,70	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,36	3,00	0,00	36,93	0,03
Итого			410	15,59	19,09	50,49	438,21	1,33
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	118	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			118	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,66	2,33	3,52	37,97	1,79
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,14	7,10	14,95	153,52	7,44
2021	212/1	ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ	150	11,78	9,99	28,27	250,06	0,21
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,45	1,01	2,40	20,78	0,91
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,16	36,62	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,39	0,28	22,27	105,11	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,73	0,23	11,05	53,19	0,00
Итого			688	24,15	20,94	91,62	657,25	10,35
Полдник								
2012	479	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,58	0,89	26,94	133,99	0,08
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	180	0,00	0,00	7,66	30,64	0,00
Итого			230	4,58	0,89	34,60	164,63	0,08
Ужин								
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,92	4,45	0,27	60,83	0,00
2012	45	РАГУ ОВОЩНОЕ	190	4,50	7,67	22,21	177,59	21,65
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,23	0,00	7,51	30,97	0,05
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,73	0,23	11,05	53,19	0,00
Итого			455	11,38	12,35	41,04	322,58	21,70
Всего				56,28	53,39	229,23	1 632,51	35,78

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.