

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОГ" Южный город, пос. Придорожный
Л.о. Кутель Е.Л.

МЕНЮ

17 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								
2021	231/1	ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ ИЗ ТВОРОГА	180	20,81	13,88	18,70	282,35	0,28
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	2,60	2,03	10,23	70,17	0,44
2008		БАТОН	27	2,16	0,27	13,25	64,24	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,06	4,98	0,06	45,00	0,00
Итого			391	25,63	21,16	42,24	461,76	0,70
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	112	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			112	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	0,61	1,97	2,96	32,19	1,53
2012	62	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,37	7,98	18,35	176,70	15,67
2008	181	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	130	5,00	4,29	22,59	148,81	0,00
	277	ПОДЛИВКА КУРИНАЯ	70	4,71	5,42	2,63	78,42	1,12
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,05	36,17	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,90	0,15	12,48	58,91	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,20	0,16	7,70	37,04	0,00
Итого			663	19,79	19,97	75,76	568,24	18,32
Полдник								
2008	435	КЕФИР	212	6,16	5,31	8,50	112,59	1,49
2008		ПЕЧЕНЬЕ	31	2,33	3,04	23,10	129,49	0,00
Итого			243	8,49	8,35	31,60	242,08	1,49
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	180	21,64	8,42	7,43	178,72	0,26
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0,53	1,78	2,83	29,76	1,11
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,16	0,07	11,30	49,38	19,18
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,20	0,16	7,70	37,04	0,00
Итого			448	23,53	10,43	29,26	294,90	20,55
Всего				78,02	60,03	190,34	1 616,82	43,38

Мед. сестра

Кучкина Ю.В.

ГБОУ СОШ "ОИ" Южно-Таркид. пос. Придорожный
И.О. Кутель Е.Л./

МЕНЮ 17 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								
			150	16,92	12,94	14,70	242,53	0,19
2021	231/1	ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ ИЗ ТВОРОГА	150	16,92	12,94	14,70	242,53	0,19
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	2,40	1,87	9,91	68,84	0,40
2008		БАТОН	23	1,85	0,23	11,37	55,12	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,04	0,03	27,56	0,00
Итого			357	21,19	18,08	36,01	391,85	0,59
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	112	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			112	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,43	1,58	1,98	24,02	1,04
2012	62	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,40	7,15	15,80	154,78	13,06
2008	181	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	110	3,01	2,89	13,58	92,24	0,00
	277	ПОДЛИВКА КУРИНАЯ	60	4,00	4,63	2,59	68,24	0,99
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,90	31,57	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,20	0,16	7,70	37,04	0,00
Итого			567	16,33	16,60	64,60	478,94	15,09
Полдник								
2008	435	КЕФИР	189	5,47	4,72	7,55	100,00	1,32
2008		ПЕЧЕНЬЕ	31	2,33	3,04	23,10	129,49	0,00
Итого			220	7,80	7,76	30,65	229,49	1,32
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	170	19,18	6,62	0,75	126,97	0,25
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	30	0,58	0,06	3,34	16,51	0,94
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,10	0,04	6,45	28,34	11,58
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,20	0,16	7,70	37,04	0,00
Итого			398	21,06	6,88	18,24	208,86	12,77
Всего				66,96	49,44	160,98	1 358,98	32,09

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.