

Утверждаю

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

МЕНЮ 1 сентября 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	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,50	5,41	21,22	156,33	0,61
2008	433/1	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,97	3,26	9,88	85,96	0,61
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,71	0,05	42,71	0,00
Итого			356	11,10	13,58	40,97	332,60	1,22
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	121	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Итого			121	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,52	2,46	2,12	32,90	0,80
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	160	5,99	4,89	15,25	129,33	7,78
2012	311	СУФЛЕ ИЗ КУР /ПАРОВОЕ/	100	10,53	13,04	3,79	174,97	0,36
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	70	0,47	3,22	2,34	41,78	0,66
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	8,29	33,16	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,64	0,13	10,75	50,75	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			571	21,80	24,09	59,50	544,47	9,60
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	167	4,70	4,05	7,78	87,55	0,87
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30	2,96	1,47	12,24	74,48	0,01
Итого			197	7,66	5,52	20,02	162,03	0,88
Ужин								
2012	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	155	14,16	11,20	15,20	218,39	1,16
2021	371	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,22	0,44	2,46	15,87	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	195	0,00	0,00	8,84	35,33	0,00
Итого			400	14,38	11,64	26,50	269,59	1,16
Всего				55,54	54,95	158,97	1 360,70	15,28

Мед.сестра

Унжина Н.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ 1 сентября 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	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	190	6,54	6,49	28,03	197,39	0,66
2008	433/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,96	3,32	11,04	90,92	0,66
2008		БАТОН	30	2,39	0,30	14,69	71,20	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,87	0,04	35,07	0,00
Итого			405	12,91	13,98	53,80	394,58	1,32
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	121	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Итого			121	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	51	0,88	4,15	3,59	55,46	1,34
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	6,01	5,96	16,04	142,08	8,16
2012	311	СУФЛЕ ИЗ КУР /ПАРОВОЕ/	125	14,08	17,97	7,92	250,08	0,51
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	65	0,62	2,17	2,72	35,20	1,03
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,91	35,64	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,42	0,20	15,93	75,17	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,14	0,42	20,09	96,64	0,00
Итого			680	27,15	30,87	75,20	690,27	11,04
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	206	5,79	5,00	9,58	107,81	1,07
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	35	4,76	2,51	19,01	118,39	0,02
Итого			241	10,55	7,51	28,59	226,20	1,09
Ужин								
2012	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	180	19,60	15,02	19,59	291,94	1,64
2021	371	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	70	0,25	0,69	1,25	14,24	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	205	0,00	0,00	10,65	42,59	0,00
Итого			455	19,85	15,71	31,49	348,77	1,64
Всего				71,06	68,19	201,06	1 711,83	17,51

Мед.сестра

Унжина Н.А.