

Утверждаю

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

МЕНЮ 3 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								
2008	227/1	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150	21,08	15,87	14,52	284,62	0,40
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ	30	0,04	0,00	6,32	25,45	0,02
2008	433/1	КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,93	3,31	10,97	90,56	0,68
2008		БАТОН	25	1,99	0,25	12,22	59,21	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,19	0,04	38,00	0,00
Итого			400	27,07	23,62	44,07	497,84	1,10
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,64	70,24	14,94
Итого			150	0,60	0,60	14,64	70,24	14,94
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,58	3,27	4,06	48,54	0,93
2012	80	СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	7,33	7,47	25,44	203,49	9,28
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	150	2,23	5,51	13,02	110,49	6,09
2012	286	ТЕФЕЛИ КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70	8,25	8,34	10,34	149,82	1,55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,63	34,52	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,90	0,15	12,52	59,11	0,00
Итого			665	20,29	24,74	74,01	605,97	17,85
Полдник								
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	9,86	42,50	1,64
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	2,93	0,34	18,51	88,93	0,00
Итого			250	3,09	0,50	28,37	131,43	1,64
Ужин								
2012	45	САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ	70	1,43	1,30	10,21	58,48	4,98
2012	215/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	11,34	14,47	2,90	187,52	0,26
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,22	0,00	7,22	29,75	0,05
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,36	0,45	21,53	103,61	0,00
Итого			450	16,35	16,22	41,86	379,36	5,29
Всего				67,40	65,68	202,95	1 684,84	40,82

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

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

МЕНЮ 3 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								
			150	16,27	13,74	11,75	234,94	0,24
2008	227/1	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	20	0,02	0,00	3,56	14,32	0,01
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ	160	3,64	3,07	10,00	83,16	0,62
2008	433/1	КАКАО С МОЛОКОМ	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008		БАТОН	5	0,03	4,58	0,04	41,56	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	355	21,56	21,59	35,17	421,58	0,87
Итого								
II Завтрак								
			150	0,59	0,59	14,57	69,88	14,87
2008		ЯБЛОКО	150	0,59	0,59	14,57	69,88	14,87
Итого								
Обед								
			30	0,35	2,18	2,92	33,02	0,55
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	160/9	6,80	8,07	19,70	183,04	7,60
2012	80	СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	120	1,89	6,03	11,03	105,71	5,16
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	6,64	6,38	4,43	102,12	0,88
2012	286	ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	150	0,00	0,00	7,53	30,10	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	539	17,21	22,78	55,65	501,35	14,19
Итого								
Полдник								
			180	0,16	0,16	9,18	39,77	1,60
2008	440	НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	50	2,93	0,34	18,51	88,93	0,00
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	230	3,09	0,50	27,69	128,70	1,60
Итого								
Ужин								
			70	1,22	1,29	8,30	49,84	4,02
2012	45	САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ	120	10,64	12,46	1,75	161,78	0,13
2012	215/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	0,17	0,00	6,81	27,93	0,04
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	400	14,02	14,01	29,58	300,74	4,19
Итого								
Всего				56,47	59,47	162,66	1 422,25	35,72

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.