

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОГ" Южный город, пос. Придорожный
Шерман М.И.**МЕНЮ**
5 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								
2008	189	КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	190	5,21	5,37	17,87	141,44	0,63
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,70	3,12	9,41	81,53	0,63
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого			385	11,34	12,92	42,05	331,77	1,26
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого			115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Обед								
2008	40/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,37	2,53	1,23	29,58	2,55
2012	63/1	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,95	8,67	20,62	188,81	10,25
2008	209/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,21	2,38	20,54	116,50	0,00
2008	259/1	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	60	14,56	5,40	2,30	133,57	11,50
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,73	0,36	17,49	84,13	0,00
Итого			579	28,35	19,46	79,49	628,98	24,30
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	160	3,99	3,42	18,05	119,91	0,74
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,03	1,35	10,23	57,34	0,00
2008		ЯБЛОКО	130	0,43	0,43	10,46	50,15	10,67
Итого			305	5,45	5,20	38,74	227,40	11,41
Ужин								
2008	336	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	120	1,22	3,54	5,58	59,84	1,12
2012	479	ХАЧАПУРИ	120	9,27	11,47	27,32	249,75	0,07
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,13	0,00	5,09	20,85	0,02
Итого			420	10,62	15,01	37,99	330,44	1,21
Всего				56,34	52,71	209,75	1 568,43	40,50

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

МЕНЮ
5 сентября 2025 г.
Сад 12 часов

Утверждаю
ГБОУ СОШ "ОЦ Южная гора" под. Придорожный
Директор М.И. /

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								
			190	5,98	6,70	21,85	171,80	0,70
2008	189	КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	3,88	3,30	11,09	90,57	0,88
2012	387	КАКАО С МОЛОКОМ	35	2,78	0,35	17,05	82,64	0,00
2008		БАТОН	5	0,02	3,79	0,04	34,37	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	410	12,66	14,14	49,63	379,38	1,38
Итого								
II Завтрак								
			115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого								
Обед								
			50	0,58	5,46	2,47	61,88	4,07
2008	40/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	180/10	6,79	9,98	24,20	218,67	12,10
2012	63/1	СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	130	4,45	4,20	28,44	169,51	0,00
2008	209/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	70	17,73	5,70	1,92	151,56	13,95
2008	259/1	ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	180	0,00	0,00	8,73	34,91	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	45	3,45	0,28	22,72	107,22	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,39	0,45	21,68	104,32	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	715	36,39	26,07	110,16	848,07	30,12
Итого								
Полдник								
			180	4,27	3,67	21,41	136,74	0,79
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	18	1,24	1,62	12,32	69,03	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	180	0,58	0,58	14,32	68,69	14,62
2008		ЯБЛОКО	378	6,09	5,87	48,05	274,46	15,41
Итого								
Ужин								
			130	1,20	3,70	5,89	62,42	1,08
2008	336	МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	130	9,76	13,31	30,09	279,38	0,07
2012	479	ХАЧАПУРИ	200	0,16	0,00	7,18	29,32	0,03
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	460	11,12	17,01	43,16	371,12	1,18
Итого								
Всего								
				66,84	63,21	262,68	1 922,87	50,41

Мед. сестра

Ю. В. Кучкина

Кучкина Ю. В.