

Утверждаю

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

МЕНЮ 2 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								
			190	5,67	5,01	19,54	146,91	0,89
2012	93	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	0,19	0,00	5,87	24,24	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	31	2,47	0,31	15,15	73,45	0,00
2008		БАТОН	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	406	8,36	9,45	40,60	282,00	0,69
Итого								
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	119	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Итого			119	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	55	0,58	1,65	2,55	27,52	1,33
2012	85	СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	8,51	11,21	17,09	207,65	8,26
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	7,38	10,28	9,04	159,84	29,59
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,22	32,83	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,01	0,16	13,22	62,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,75	0,37	17,63	84,84	0,00
Итого			693	21,23	23,67	67,75	575,09	39,18
Полдник								
2008	435	КЕФИР	221	6,40	5,52	8,83	116,97	1,54
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,26	2,95	22,38	125,44	0,00
Итого			251	8,66	8,47	31,21	242,41	1,54
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	180	0,72	0,72	17,66	84,68	18,02
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	100	0,96	1,67	6,90	47,36	1,52
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,61	5,64	22,57	164,30	0,54
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,20	0,08	11,06	49,54	24,26
Итого			610	7,49	8,11	58,19	345,88	44,34
Всего				46,34	49,82	209,73	1 497,39	88,17

Мед.сестра



Унжина Н.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

2 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	93	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	170	4,20	5,01	11,95	110,43	0,62
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	0,25	0,00	4,93	20,72	0,00
2008		БАТОН	21	1,70	0,21	10,43	50,58	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого			356	6,18	9,35	27,35	219,13	0,62
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	119	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Итого			119	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,43	1,25	1,72	20,01	0,92
2012	85	СУП КУДРЯВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	7,75	9,14	14,65	175,28	7,09
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	160	6,83	8,72	7,89	138,76	26,42
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,62	0,13	10,66	50,32	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,07	0,28	13,25	63,74	0,00
Итого			561	18,70	19,52	55,44	477,14	34,43
Полдник								
2008	435	КЕФИР	181	5,40	0,18	7,20	55,80	1,80
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			201	6,90	2,14	22,08	139,20	1,80
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	80	0,77	1,27	5,29	36,45	1,22
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	130	4,79	4,73	18,99	138,36	0,48
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	160	0,09	0,04	6,01	26,24	10,00
Итого			500	6,17	6,56	43,03	262,15	24,70
Итого				38,55	37,69	159,88	1 149,63	63,97

Мед.сестра

Унжина Н.А.