

Утверждаю

ГБОУ СОШ "Южный город" пос. Придорожный
Штерман М.И./**МЕНЮ**
12 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	190	5,70	6,63	23,90	178,97	0,68
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,81	3,23	10,67	88,03	0,67
2008		БАТОН	35	2,84	0,35	17,41	84,38	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
Итого			410	12,40	14,36	52,03	388,88	1,35
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								
2021	137	СЛАЙСЫ СВЕКОЛЬНЫЕ	50	0,74	0,05	4,31	20,57	2,02
2008	98	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	7,35	9,03	21,18	200,67	9,32
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	20,96	8,19	7,79	212,10	15,20
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,50	3,06	2,66	40,48	1,03
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,08	32,32	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,48	0,28	22,87	107,95	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			715	36,34	21,05	88,09	716,07	27,57
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	5,57	4,79	23,30	159,90	1,03
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	2,93	0,34	18,51	88,93	0,00
Итого			250	8,50	5,13	41,81	248,83	1,03
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	170	0,63	0,63	15,45	74,12	15,77
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	100	0,93	2,08	6,76	50,43	1,47
2021	454	ПИРОГ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОСЫПКОЙ	130	7,17	9,13	41,37	276,00	0,08
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,16	0,00	6,75	27,62	0,03
Итого			580	8,89	11,84	70,33	428,17	17,35
Всего				66,71	52,50	263,74	1 831,79	49,62

Мед сестра

Кучкина Ю.В.

Придорожный
Штерман М.И./

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

МЕНЮ 12 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								
2006	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	190	5,70	6,63	23,90	178,97	0,88
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,81	3,23	10,67	88,03	0,67
2008		БАТОН	35	2,84	0,35	17,41	84,38	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
Итого			410	12,40	14,36	52,03	388,88	1,35
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								
2021	137	СЛАЙСЫ СВЕКОЛЬНЫЕ	50	0,74	0,05	4,31	20,57	2,02
2008	98	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	7,35	9,03	21,18	200,67	9,32
2012	294	ЗАЛЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	20,96	8,19	7,79	212,10	15,20
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,50	3,06	2,66	40,48	1,03
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,08	32,32	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,48	0,28	22,87	107,95	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			715	36,34	21,05	88,09	716,07	27,57
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	5,57	4,79	23,30	159,90	1,03
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	2,93	0,34	18,51	88,93	0,00
Итого			250	8,50	5,13	41,81	248,83	1,03
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	170	0,63	0,63	15,45	74,12	15,77
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	100	0,93	2,08	6,76	50,43	1,47
2021	454	ПИРОГ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОСЫПКОЙ	130	7,17	9,13	41,37	276,00	0,08
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,16	0,00	6,75	27,62	0,03
Итого			580	8,89	11,84	70,33	428,17	17,35
Всего				66,71	52,50	263,74	1 831,79	49,62

Мед.сестра

Ю.В. Кучкина

Кучкина Ю.В.