

Утверждаю

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

МЕНЮ 2 октября 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	6,81	7,27	23,02	185,45	0,69
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	180	3,91	3,14	12,27	93,87	0,67
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	35	2,83	0,35	17,35	84,06	0,00
2008		БАТОН	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	410	13,58	14,89	52,68	400,80	1,36
Итого								
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
			120	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого								
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,70	2,53	3,75	40,80	1,91
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	8,12	9,12	20,13	201,06	15,42
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,37	4,30	23,71	147,35	11,61
	277	КУРЫ ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТАМИ	70	7,26	8,58	3,39	120,20	1,41
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,81	35,21	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,44	0,28	22,62	106,76	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			705	24,21	24,99	90,89	692,17	30,35
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	5,78	4,98	7,97	105,54	1,39
2012	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,32	0,95	24,71	124,52	0,10
Итого			250	10,10	5,93	32,68	230,06	1,49
Ужин								
2008	231/1	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ	220	26,98	6,10	6,71	172,16	3,31
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЯБЛОКОМ	200	0,31	0,22	14,67	65,93	21,95
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,01	0,27	12,89	62,02	0,00
Итого			450	29,30	6,59	34,27	300,11	25,26
Всего				77,77	52,52	222,00	1 672,98	60,78

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

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

МЕНЮ

2 октября 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	170	5,80	6,02	18,37	151,82	0,62
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,61	2,89	10,49	83,25	0,62
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			365	11,84	13,34	43,63	343,67	1,24
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	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	0,62	1,90	3,32	33,21	1,70
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/7	6,83	6,31	13,10	140,80	11,46
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,72	3,33	19,26	118,07	9,46
	277	КУРЫ ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТАМИ	60	6,45	7,61	2,58	104,79	1,22
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,87	31,45	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			572	19,85	19,49	67,16	528,32	23,84
Полдник								
2008	435	КЕФИР	170	4,91	4,23	6,78	89,77	1,19
2012	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	30	2,72	0,59	14,98	76,01	0,06
Итого			200	7,63	4,82	21,76	165,78	1,25
Ужин								
2008	231/1	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ	200	23,22	5,67	6,12	153,30	2,99
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЯБЛОКОМ	180	0,22	0,15	8,92	40,50	13,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			400	24,76	6,00	23,52	234,59	16,59
Всего				64,66	43,77	167,55	1 322,20	45,24

Мед.сестра Зеленая Кучкина Ю.В.