

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

МЕНЮ 14 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- ми С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	93	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	190	5,80	5,07	20,38	151,35	0,63
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,26	0,00	8,23	25,96	0,00
2008		БАТОН	30	2,45	0,31	15,06	73,01	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,21	0,04	38,15	0,00
Итого			405	8,54	9,59	41,71	288,47	0,69
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Итого			120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	0,49	2,30	2,28	31,92	1,19
2012	85	СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	10,76	13,47	17,66	239,67	8,64
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	7,94	11,35	8,52	169,71	28,15
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,90	0,15	12,51	59,06	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,61	0,35	16,72	80,45	0,00
Итого			685	23,70	27,62	66,40	615,64	37,98
Полдник								
2008	435	КЕФИР	220	6,34	5,47	8,75	115,92	1,53
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,29	2,99	22,68	127,09	0,00
Итого			250	8,63	8,46	31,43	243,01	1,53
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	180	0,64	0,64	15,62	74,93	15,94
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	100	0,94	2,31	6,91	53,09	1,49
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,75	5,77	23,51	169,71	0,54
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,19	0,08	11,40	50,63	22,95
Итого			610	7,52	8,80	57,44	348,36	40,92
Всего				48,99	54,59	208,96	1 547,49	83,54

Мед сестра

Кучкина Ю.В.

ГБОУ СОШ "ОГ" Южный город пос. Придорожный
Ветерман М.И.

МЕНЮ 14 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Утверждаю



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, г
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
			170	4,25	4,43	12,34	106,90	0,62
2012	83	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	160	0,23	0,00	5,21	21,78	0,00
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	20	1,65	0,21	10,11	49,00	0,00
2008		БАТОН	5	0,03	4,36	0,04	39,57	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	355	6,16	9,00	27,70	217,25	0,62
Итого								
II Завтрак								
			120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Итого								
Обед								
			30	0,35	2,32	1,53	28,54	0,81
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	160/9	10,22	12,55	15,29	219,12	7,50
2012	85	СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160	7,32	9,61	7,46	147,12	25,24
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ МЯСОМ	150	0,00	0,00	7,97	31,87	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,95	0,26	12,47	59,99	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	559	21,37	24,86	54,76	534,00	33,55
Итого								
Полдник								
			180	5,40	0,18	7,20	55,80	1,80
2008	435	КЕФИР	20	1,54	2,02	15,32	85,85	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	200	6,94	2,20	22,52	141,65	1,80
Итого								
Ужин								
			130	0,52	0,52	12,84	61,56	13,10
2008	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	80	0,76	2,34	5,71	47,64	1,20
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	130	4,97	5,11	20,08	146,88	0,47
2008	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	160	0,12	0,05	6,77	30,20	14,11
Итого			500	6,37	8,02	45,40	286,28	28,88
Всего				41,44	44,20	162,36	1 231,19	67,27

Мед.сестра

Ю.В. Кучкина

Кучкина Ю.В.