

Утверждаю

Г. Южный город пос. П

*Всероссийский*

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

## MEHIO

Ясли 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты |
|------------------|---------------|
| 2008             | 189           |
| 2012             | 387           |
| 2008             |               |
| 2008             | 13            |
| Итого            |               |
| 2008             | 4             |
| Итого            |               |
| 2008             |               |
| 2012             |               |
| 2008             |               |
| 2008             |               |
| 2008             |               |
| 2008             |               |
| 2008             |               |
| Итого            |               |
| 2008             |               |
| 2008             |               |
| 2008             |               |
| Итого            |               |
| 2                |               |
| И                |               |
| В                |               |

Soorya

Кучкина Ю.В.

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

# МЕНЮ 17 октября 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                           | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                              |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ                                       | 190    | 6,00              | 6,95    | 21,86            | 174,90                                   | 0,89                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                              | 180    | 3,85              | 3,27    | 11,07            | 90,12                                    | 0,68                  |
| 2008                          |                     | БАТОН                                                        | 35     | 2,83              | 0,35    | 17,34            | 84,06                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                             | 5      | 0,02              | 3,83    | 0,04             | 34,68                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                              | 410    | 12,70             | 14,40   | 50,31            | 383,76                                   | 1,37                  |
| 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                                    | 50     | 0,54              | 4,06    | 2,28             | 48,26                                    | 3,79                  |
| 2012                          | 63/1                | СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА<br>КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО<br>СМЕТАНОЙ | 180/10 | 6,29              | 9,05    | 21,64            | 197,83                                   | 10,86                 |
| 2008                          | 209/1               | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ                               | 130    | 4,79              | 4,28    | 30,65            | 180,41                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 259/1               | ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ                                     | 70     | 16,69             | 4,71    | 2,00             | 137,41                                   | 13,08                 |
| 2008                          | 402                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                  | 180    | 0,00              | 0,00    | 8,82             | 35,24                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                               | 45     | 3,41              | 0,28    | 22,42            | 105,81                                   | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                  | 50     | 3,31              | 0,44    | 21,20            | 101,98                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                              | 715    | 35,03             | 22,82   | 109,01           | 806,94                                   | 27,73                 |
| Полдник                       |                     |                                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 414                 | КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                                              | 180    | 4,23              | 3,64    | 21,15            | 135,26                                   | 0,78                  |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                                      | 18     | 1,51              | 1,98    | 15,01            | 84,11                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                                       | 180    | 0,64              | 0,64    | 15,78            | 75,70                                    | 16,11                 |
| Итого                         |                     |                                                              | 378    | 6,38              | 6,26    | 51,94            | 295,07                                   | 16,89                 |
| Ужин                          |                     |                                                              |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 336                 | МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ                                          | 130    | 1,18              | 3,70    | 5,84             | 62,10                                    | 1,05                  |
| 2012                          | 479                 | ХАЧАПУРИ                                                     | 130    | 11,26             | 12,67   | 40,04            | 319,49                                   | 0,07                  |
| 2008                          | 430/1               | ЧАЙ С САХАРОМ                                                | 200    | 0,16              | 0,00    | 7,25             | 29,61                                    | 0,03                  |
| Итого                         |                     |                                                              | 460    | 12,60             | 16,37   | 53,13            | 411,20                                   | 1,15                  |
| Всего                         |                     |                                                              |        | 67,29             | 59,97   | 275,87           | 1 946,81                                 | 49,46                 |

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.