

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

МЕНЮ
21 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								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,65	6,07	31,19	210,74	0,89
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,01	3,15	12,67	95,96	0,68
2008		БАТОН	25	1,99	0,25	12,21	59,19	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
Итого			400	13,70	13,62	56,12	403,39	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								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,50	1,35	2,66	25,26	0,80
2008	98	СУП МОЗАЙКА НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,31	6,14	18,99	160,93	9,59
2008	306/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	10,00	10,78	19,33	217,12	39,10
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,66	34,64	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,31	0,19	15,17	71,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,33	0,44	21,31	102,51	0,00
Итого			700	22,45	18,90	86,12	612,04	49,49
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	210	5,91	5,09	9,77	109,91	1,09
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	40	3,31	2,08	11,36	77,99	0,02
Итого			250	9,22	7,17	21,13	187,90	1,11
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,63	70,15	14,93
2021	231/1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	130	20,17	12,36	15,35	252,46	0,29
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ	20	1,44	1,69	11,03	65,18	0,08
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	180	0,00	0,00	8,01	32,04	0,00
Итого			480	22,21	14,65	49,02	419,83	15,30
Всего				68,16	54,46	223,87	1 673,00	69,59

Мед.сестра

Ю.В. Кучкина

Кучкина Ю.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ 21 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
			170	6,22	7,24	23,99	186,59	0,62
2008	164	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	160	3,70	2,91	11,21	86,59	0,62
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008		БАТОН	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	355	11,55	14,48	45,06	358,18	1,24
Итого								
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,58	0,12	11,48	49,84	2,32
Итого								
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,33	0,91	1,73	16,67	0,52
2008	98	СУП МОЗАЙКА НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,78	5,76	17,08	147,52	8,62
2008	306/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	160	8,63	9,16	14,83	178,27	30,39
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,92	31,66	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого								
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,78	4,12	7,92	89,05	0,88
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30	2,87	1,42	11,91	72,33	0,01
Итого								
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,63	70,15	14,92
2021	231/1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	120	15,25	9,42	13,32	198,15	0,22
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ	10	0,73	0,86	5,83	33,26	0,04
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	160	0,00	0,00	3,86	15,44	0,00
Итого								
Всего								
				54,89	47,29	179,86	1 377,62	59,16

Мед сестра

Ю.В. Кучкина

Кучкина Ю.В.