

Утверждаю

ГБОУ СОШ "Ю" Южный город" пос. Придорожный
и.о. Руководителя Кутель Е.Л./

МЕНЮ

28 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								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	190	9,05	7,88	42,76	277,36	0,78
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,78	3,74	16,33	119,11	0,80
2008		БАТОН	25	2,00	0,25	12,30	59,83	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,29	0,04	38,87	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,62	3,34	0,00	41,13	0,03
Итого			410	18,48	19,30	71,43	536,10	1,61
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		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	0,39	2,25	1,75	28,96	0,92
2021	94/1	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	9,69	10,10	35,50	278,67	11,42
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	7,35	11,22	6,18	156,63	19,81
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	12,44	49,70	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,24	0,18	14,75	69,61	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,69	0,23	10,85	52,19	0,00
Итого			675	21,36	23,98	81,47	635,76	32,15
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	220	7,35	6,34	12,17	136,94	1,36
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30	2,86	2,01	8,57	64,37	0,02
Итого			250	10,21	8,35	20,74	201,31	1,38
Ужин								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200	4,74	4,18	38,16	209,59	18,56
2021	249	ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ	55	12,94	8,06	16,91	186,25	0,18
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,45	0,18	17,50	81,79	53,81
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,69	0,23	10,85	52,19	0,00
Итого			460	19,82	12,65	83,42	529,82	72,55
Всего				70,45	64,40	268,54	1 952,83	110,01

Мед сестра

Кучкина Ю.В.

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город" пос. Придорожный
И.о. Руководителя Кутель Е.Л./

МЕНЮ

28 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	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170	7,27	6,29	30,71	209,30	0,74
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	4,05	3,17	14,77	104,62	0,68
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,40	3,05	0,00	37,58	0,03
Итого			364	15,35	16,84	55,34	436,50	1,45
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		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,32	2,29	1,22	26,79	0,66
2021	94/1	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	8,33	8,58	31,24	241,37	10,16
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ МЯСОМ	160	6,56	9,64	5,93	137,90	16,28
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	10,97	43,86	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,15	12,38	58,42	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,35	0,18	8,62	41,47	0,00
Итого			554	18,44	20,84	70,36	549,81	27,10
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	5,68	4,90	9,41	105,81	1,05
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30	3,73	2,96	9,53	80,40	0,03
Итого			200	9,41	7,86	18,94	186,21	1,08
Ужин								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	4,25	3,24	34,06	182,63	16,42
2021	249	ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ	40	8,82	6,67	12,54	142,15	0,12
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	160	0,24	0,10	10,21	47,30	29,33
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,35	0,18	8,62	41,47	0,00
Итого			400	14,66	10,19	65,43	413,55	45,87
Всего				58,44	55,85	221,55	1 635,91	77,82

Мед сестра

Кучкина Ю.В.