

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ" "Косинский город" пос. Придорожный
г.о. Кутель Е.Л./

МЕНЮ 30 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	7,92	8,02	30,92	228,53	0,84
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,70	3,90	14,70	113,76	0,88
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	34	2,72	0,34	16,67	80,78	0,00
2008		БАТОН	5	0,03	4,25	0,04	38,57	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	409	15,37	16,51	62,33	461,64	1,72
Итого								
II Завтрак								
			115	0,55	0,11	11,11	47,32	2,20
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,55	0,11	11,11	47,32	2,20
Итого								
Обед								
2008	40/1	САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	50	0,63	2,53	2,96	37,31	2,43
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	9,06	7,49	28,08	224,00	16,63
2008	260	АЗУ ПО ТАТАРСКИ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	9,62	11,04	34,87	277,78	16,93
2021	372/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,11	0,11	14,83	61,32	1,08
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,25	0,26	21,37	100,87	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,22	10,59	50,96	0,00
2008			688	24,32	21,65	112,70	752,24	37,07
Итого								
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	6,86	5,92	9,47	125,46	1,66
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	2,93	0,34	18,46	88,70	0,00
			250	9,79	6,26	27,93	214,16	1,66
Итого								
Ужин								
2008	231/1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	225	21,95	8,11	5,76	168,62	1,54
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,32	0,14	16,83	75,89	39,03
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,22	10,59	50,96	0,00
2008			450	23,92	8,47	33,18	295,47	40,57
Итого								
Всего								
				73,95	53,00	247,25	1 770,83	83,22

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

Утверждаю
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город пос. Придорожный
/ и.о. Кутель Е.Л. /

МЕНЮ 30 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	170	8,61	7,93	36,84	254,19	0,76
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,55	2,92	12,96	93,13	0,66
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,27	0,04	38,67	0,00
Итого			355	13,79	15,32	59,66	433,59	1,42
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	0,55	0,11	11,14	47,45	2,21
Итого			115	0,55	0,11	11,14	47,45	2,21
Обед								
2008	40/1	САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	30	0,38	1,75	1,86	24,74	1,42
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	6,08	6,72	17,95	162,90	12,77
2008	260	АЗУ ПО ТАТАРСКИ С КУРИНЫМ МЯСОМ	160	9,24	10,21	33,79	264,42	16,39
2021	372/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,14	0,14	13,94	58,34	1,37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,26	0,18	14,88	70,23	0,00
Итого			539	18,10	19,00	82,42	580,63	31,95
Полдник								
2008	435	КЕФИР	170	5,84	5,03	8,06	106,73	1,41
2021	214/1	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	30	1,86	0,23	11,72	56,34	0,00
Итого			200	7,70	5,26	19,78	163,07	1,41
Ужин								
2008	231/1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	200	21,15	7,28	5,12	155,86	1,57
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,20	0,09	9,91	45,09	24,80
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			400	22,67	7,55	23,51	241,74	26,37
Всего				62,81	47,24	196,51	1 466,48	63,36

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.