

Утверждаю

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

МЕНЮ 3 декабря 2025 г. Если 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								
			170	8,70	9,67	26,00	227,14	1,08
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	160	6,05	5,17	15,55	134,45	1,08
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2008		БАТОН	5	0,05	4,13	0,05	37,35	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	360	16,80	19,22	53,88	458,44	2,16
Итого								
II Завтрак								
			150	0,61	0,61	15,01	71,99	15,32
2008		ЯБЛОКО	150	0,61	0,61	15,01	71,99	15,32
Итого								
Обед								
			30	0,54	2,01	2,69	31,16	1,38
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	160/9	5,81	8,22	17,82	173,33	7,98
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	110	8,90	3,03	18,59	137,20	0,00
2021	б/н	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	70	16,82	5,37	1,92	143,86	13,12
2008	259/1	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	150	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	599	37,01	19,17	81,74	673,01	22,48
Итого								
Полдник								
			180	0,00	0,00	3,86	15,44	0,00
2008	411/1	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	200	1,50	1,96	18,74	98,84	0,00
Итого								
Ужин								
			90	1,10	2,07	4,18	40,38	10,40
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	130	10,11	10,53	61,13	379,56	10,29
2021	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАРТОШКОЙ	180	0,16	0,16	9,66	41,68	1,62
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	400	11,37	12,76	74,97	461,62	22,31
Итого								
Всего								
				67,29	53,72	244,34	1 763,90	62,27

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город" пос. Придорожный
Штерман М.И./**МЕНЮ**
3 декабря 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	10,49	10,76	34,34	277,69	1,19
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,53	5,57	18,49	151,87	1,16
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	35	2,84	0,35	17,41	84,41	0,00
2008		БАТОН	5	0,05	4,13	0,05	37,35	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	410	19,91	20,81	70,29	551,32	2,35
Итого								
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,61	0,61	15,02	72,05	15,33
			150	0,61	0,61	15,02	72,05	15,33
Итого								
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,64	3,03	3,22	43,00	1,66
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,75	8,77	22,81	202,57	8,18
2021	6/н	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130	13,40	5,66	28,01	216,68	0,00
2008	259/1	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	20,45	6,87	1,79	175,68	15,82
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	10,28	41,12	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,41	0,28	22,40	105,71	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,33	0,44	21,34	102,69	0,00
2008			715	47,98	25,05	109,85	887,45	25,66
Итого								
Полдник								
2008	411/1	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	220	0,00	0,00	12,69	50,75	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,28	2,98	22,65	126,98	0,00
2008			250	2,28	2,98	35,34	177,73	0,00
Итого								
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	120	1,28	1,95	4,79	42,57	12,27
2021	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАРТОШКОЙ	130	9,54	10,11	58,40	362,86	8,14
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,15	0,15	10,02	42,92	1,52
2008			450	10,97	12,21	73,21	448,35	21,93
Итого								
Всего				81,75	61,66	303,71	2 136,90	65,27

Мед. сестра

Кучкина Ю.В.