

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 февраля 2026 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	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,76	8,27	29,17	222,90	0,69
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,89	3,30	12,87	97,75	0,68
2008		БАТОН	35	2,82	0,35	17,30	83,88	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,13	0,05	37,35	0,00
Итого			410	14,52	16,05	59,39	441,88	1,37
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,46	0,46	11,28	54,10	11,51
Итого			150	0,46	0,46	11,28	54,10	11,51
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,74	3,36	3,86	48,95	1,97
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,64	8,60	21,88	196,10	7,84
2021	6/н	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130	11,16	5,34	23,33	186,00	0,00
2008	259/1	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	16,39	6,31	1,85	149,81	12,79
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,60	34,40	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,54	0,29	23,31	110,02	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,32	0,44	21,25	102,26	0,00
Итого			715	41,79	24,34	104,08	827,54	22,60
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	220	6,20	5,34	25,33	175,57	1,14
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,01	2,63	19,94	111,78	0,00
Итого			250	8,21	7,97	45,27	287,35	1,14
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	120	1,50	2,13	5,17	46,77	14,57
2021	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАРТОШКОЙ	130	9,07	10,20	55,90	351,41	7,53
2008	438	НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	200	0,11	0,11	8,09	34,51	1,14
Итого			450	10,68	12,44	69,16	432,69	23,24
Всего				75,66	61,26	289,18	2 043,56	59,86

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город пос. Придорожный

Штерман М.И./

МЕНЮ

4 февраля 2026 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								
			170	6,39	7,84	22,69	187,60	0,62
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	160	3,54	3,02	10,50	84,20	0,62
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	11,98	15,24	45,52	368,65	1,24
Итого								
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,60	0,60	14,73	70,63	15,03
Итого			150	0,60	0,60	14,73	70,63	15,03
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	0,62	2,17	3,23	35,06	1,65
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,65	7,64	16,16	160,76	7,30
2021	6/н	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	110	8,89	2,91	18,59	136,16	0,00
2008	259/1	ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	16,14	5,39	1,85	139,96	12,63
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,60	30,41	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			599	36,24	18,65	79,44	654,98	21,58
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	4,23	3,64	18,86	126,12	0,78
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			200	5,73	5,60	33,74	209,52	0,78
Ужин								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	90	1,26	1,51	4,31	36,59	12,10
2021	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАРТОШКОЙ	130	9,23	10,26	57,82	360,45	9,06
2008	438	НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	0,16	0,16	8,60	37,40	1,58
Итого			400	10,65	11,93	70,73	434,44	22,74
Всего				65,20	52,02	244,16	1 738,22	61,37

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.