

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
9 февраля 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	170	5,81	5,63	23,25	167,52	0,82
2008	433/1	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,61	3,06	9,56	81,14	0,62
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>11,05</b>	<b>13,02</b>	<b>42,67</b>	<b>333,66</b>	<b>1,24</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,60</b>	<b>0,12</b>	<b>11,98</b>	<b>52,01</b>	<b>2,42</b>
<b>Обед</b>								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,52	2,46	2,12	32,90	0,80
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	160	5,58	4,41	16,52	128,54	8,41
2012	311	СУФЛЕ ИЗ КУР /ПАРОВОЕ/	100	11,43	13,01	4,32	180,19	0,34
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	60	0,42	1,44	1,94	23,83	0,57
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>22,13</b>	<b>21,79</b>	<b>59,64</b>	<b>525,36</b>	<b>10,12</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,78	4,12	7,92	89,05	0,88
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30	2,99	1,54	12,14	74,76	0,01
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>7,77</b>	<b>5,66</b>	<b>20,06</b>	<b>163,81</b>	<b>0,89</b>
<b>Ужин</b>								
2012	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	160	16,05	12,64	16,67	244,39	1,24
2021	371	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,24	0,46	1,62	12,79	0,00
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	190	0,12	0,11	26,33	107,48	1,15
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>16,41</b>	<b>13,21</b>	<b>44,62</b>	<b>364,66</b>	<b>2,39</b>
<b>Всего</b>				<b>57,96</b>	<b>53,80</b>	<b>178,97</b>	<b>1 439,50</b>	<b>17,06</b>

Мед.сестра

*Ю.В. Кучкина*

Кучкина Ю.В.



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

**МЕНЮ**  
9 февраля 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	190	6,11	6,14	24,83	179,75	0,66
2008	433/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,73	3,17	10,14	85,06	0,65
2008		БАТОН	30	2,38	0,30	14,63	70,90	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,51	0,03	31,83	0,00
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>12,24</b>	<b>13,12</b>	<b>49,63</b>	<b>367,54</b>	<b>1,31</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,60</b>	<b>0,12</b>	<b>11,98</b>	<b>52,01</b>	<b>2,42</b>
<b>Обед</b>								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,77	3,58	3,09	47,81	1,16
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	5,89	5,58	17,08	142,58	8,68
2012	311	СУФЛЕ ИЗ КУР /ПАРОВОЕ/	130	14,12	17,11	8,63	245,23	0,49
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	70	0,57	1,75	2,59	30,33	1,02
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,57	30,26	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,27	0,18	14,93	70,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,08	0,41	19,73	94,92	0,00
<b>Итого</b>			<b>687</b>	<b>26,70</b>	<b>28,61</b>	<b>73,62</b>	<b>661,60</b>	<b>11,35</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	210	5,67	4,90	9,40	105,74	1,05
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	40	5,14	3,01	18,92	124,02	0,02
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>10,81</b>	<b>7,91</b>	<b>28,32</b>	<b>229,76</b>	<b>1,07</b>
<b>Ужин</b>								
2012	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	180	17,67	13,90	19,29	272,85	1,61
2021	371	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	70	0,20	0,55	1,06	11,60	0,00
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,12	0,11	21,41	87,79	1,14
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>17,99</b>	<b>14,56</b>	<b>41,76</b>	<b>372,24</b>	<b>2,75</b>
<b>Всего</b>				<b>68,34</b>	<b>64,32</b>	<b>205,31</b>	<b>1 683,15</b>	<b>18,90</b>

Мед. сестра

Кучкина Ю.В.