

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 февраля 2026 г.

Ясли 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ "ШОКОЛАДНАЯ" МОЛОЧНАЯ	170	5,51	5,71	21,13	158,07	0,62
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	0,18	0,00	3,15	13,30	0,00
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого			365	8,12	10,14	39,05	280,17	0,62
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	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,30	0,47	2,07	14,01	0,56
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ	160/8	8,16	7,83	33,35	240,36	8,05
2008	209/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,21	1,84	20,53	111,55	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	16,11	5,34	0,93	137,70	12,21
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,60	26,38	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			568	30,63	15,78	82,00	618,15	20,82
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	4,23	3,64	20,48	132,55	0,78
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			200	5,73	5,60	35,36	215,95	0,78
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,11	13,00
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	130	13,49	12,89	44,83	350,04	14,90
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,67	3,00	11,44	88,29	0,68
Итого			440	17,68	16,41	69,01	499,44	28,58
Всего				62,74	48,05	236,90	1 663,55	53,12

Мед. сестра

Ю. В. Кучкина

Кучкина Ю. В.

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 февраля 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ "ШОКОЛАДНАЯ" МОЛОЧНАЯ	190	5,16	5,04	20,94	149,92	0,56
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,26	0,00	6,12	25,51	0,00
2008		БАТОН	35	2,76	0,34	16,93	82,09	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	2,69	0,03	24,42	0,00
Итого			410	8,20	8,07	44,02	281,94	0,56
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	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0,30	0,83	2,06	17,11	0,57
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ С ГРЕНКАМИ	180/9	6,88	6,78	32,77	223,63	6,20
2008	209/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,77	3,06	24,08	138,99	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	12,77	4,59	0,89	112,75	9,71
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,56	34,21	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,30	0,19	15,14	71,45	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,67	0,22	10,70	51,48	0,00
Итого			674	27,69	15,67	94,20	649,62	16,48
Полдник								
2008	414	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	4,20	3,62	16,36	115,76	0,78
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	1,93	2,52	19,13	107,23	0,00
Итого			250	6,13	6,14	35,49	222,99	0,78
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	170	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	130	14,53	13,60	40,46	342,53	6,87
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,21	2,61	12,08	85,39	0,60
Итого			480	18,18	16,65	63,32	479,62	18,47
Всего				60,78	46,65	248,51	1 684,01	38,61

Мед. сестра

Ю.В. Кучкина

Кучкина Ю.В.