Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город" пос. Придорожный

_____ /Рожнова А.В /

МЕНЮ

9 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	170	5,81	5,88	18,60	151,23	0,62
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,58	2,91	10,72	84,15	0,62
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого			**365**	**11,82**	**13,22**	**44,09**	**344,18**	**1,24**
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								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	0,62	2,11	3,26	34,67	1,67
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/7	6,24	5,85	13,23	134,71	11,07
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,71	3,17	19,22	116,42	9,44
	277	КУРЫ ТУШЕНЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТАМИ	60	5,41	6,74	2,32	91,72	1,18
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,66	30,64	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			**572**	**18,21**	**18,21**	**66,72**	**508,16**	**23,36**
Полдник								
2008	435	КЕФИР	170	4,93	4,25	6,80	90,10	1,19
2012	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	30	2,57	0,56	14,69	74,11	0,06
Итого			**200**	**7,50**	**4,81**	**21,49**	**164,21**	**1,25**
Ужин								
2008	231/1	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ	200	23,37	5,76	6,09	154,61	3,01
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЯБЛОКОМ	180	0,21	0,15	8,72	39,42	12,73
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			**400**	**24,90**	**6,09**	**23,29**	**234,82**	**15,74**
Всего				**63,01**	**42,45**	**167,07**	**1 301,21**	**43,91**

Мед.сестра _____ Кучкина Ю.В.

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город" пос. Придорожный

/Рожнова А.В./

МЕНЮ

9 апреля 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	190	6,36	6,85	20,92	171,58	0,38
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,80	3,11	11,63	90,68	0,67
2008		БАТОН	35	2,78	0,35	17,05	82,62	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,86	0,04	35,02	0,00
Итого			**410**	**12,96**	**14,17**	**49,64**	**379,90**	**1,35**
II Завтрак								
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	250	0,01	0,05	2,58	10,53	5,85
Итого			**250**	**0,01**	**0,05**	**2,58**	**10,53**	**5,85**
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,62	2,62	3,25	39,24	1,67
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,88	8,18	18,46	180,49	14,24
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,15	3,96	21,99	136,66	10,75
	277	КУРЫ ТУШЕНЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТАМИ	70	5,78	7,58	3,11	104,11	1,.9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,45	33,79	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,52	0,29	23,16	109,30	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,38	0,18	8,82	42,43	0,00
Итого			**705**	**21,33**	**22,81**	**87,24**	**646,02**	**27,85**
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	106,04	1,40
2012	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,10	0,91	23,40	118,21	0,10
Итого			**250**	**9,90**	**5,91**	**31,40**	**224,25**	**1,50**
Ужин								
2008	231/1	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ	220	24,13	6,28	6,08	161,74	2,91
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЯБЛОКОМ	200	0,27	0,18	13,29	59,41	20,22
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,06	0,27	13,21	63,58	0,00
Итого			**450**	**26,46**	**6,73**	**32,58**	**284,73**	**23,13**
Всего				**70,66**	**49,67**	**203,44**	**1 545,43**	**59,68**

Мед.сестра _____ Кучкина Ю.В.