Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ "Южный город" пос.Придорожный

/Рожнова А.В./

МЕНЮ

13 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								
	189/1	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	4,92	6,19	18,14	148,19	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,58	3,04	9,46	80,42	0,62
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,30	0,04	39,02	0,00
Итого			**365**	**10,93**	**13,83**	**42,37**	**339,03**	**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								
2008	40/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,47	2,21	1,30	27,57	3,28
2008	105	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	5,38	6,70	16,89	153,49	6,89
2012	135	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	120	1,82	4,31	10,65	88,60	4,98
2012	286	"ЕЖИКИ" КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60	6,21	5,76	5,18	97,58	0,78
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,58	30,29	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**	**18,82**	**19,52**	**73,61**	**550,16**	**15,93**
Полдник								
2008	435,	КЕФИР	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			**200**	**6,72**	**6,46**	**22,08**	**178,80**	**1,26**
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,75	61,15	13,01
2021	454	РАСТЕГАЙ С РЫБОЙ	130	13,20	11,23	42,78	321,59	0,52
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,17	0,00	6,26	25,75	0,04
Итого			**420**	**13,89**	**11,75**	**61,79**	**408,49**	**13,57**
Всего				**50,94**	**51,68**	**211,33**	**1 526,32**	**34,32**

Мед.сестра _____ Кучкина Ю.В.

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ "Южный город" пос. Придорожный

/Рожнова А.В./

МЕНЮ

13 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								
	189/1	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	5,89	6,17	25,94	182,82	0,61
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,81	3,23	10,93	88,95	0,66
2008		БАТОН	35	2,79	0,35	17,09	82,86	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
Итого			**410**	**12,54**	**13,90**	**54,01**	**392,13**	**1,27**
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								
2008	40/1	САЛАТ ИЗ КРАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,52	4,47	1,97	50,68	3,67
2008	105	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,47	8,72	22,11	197,72	7,64
2012	135	СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	130	1,88	3,78	10,98	85,23	5,14
2012	286	"ЕЖИКИ" КУРИНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70	6,86	6,14	7,48	113,08	1,07
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,74	34,95	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,35	0,27	22,00	103,84	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,28	0,44	21,03	101,16	0,00
Итого			**714**	**22,36**	**23,82**	**94,31**	**686,66**	**17,52**
Полдник								
2008	435	КЕФИР	220	6,36	5,49	8,78	116,30	1,54
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	1,89	2,47	18,76	105,15	0,00
Итого			**250**	**8,25**	**7,96**	**27,54**	**221,45**	**1,54**
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	160	0,61	0,61	14,89	71,43	15,20
2021	454	РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	130	16,47	10,35	47,37	343,19	0,57
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,00	7,18	29,42	0,04
Итого			**470**	**17,26**	**10,96**	**69,44**	**444,04**	**15,81**
Всего				**60,99**	**56,76**	**256,78**	**1 794,12**	**38,46**

Мед.сестра _____ Кучкина Ю.В.