

Утверждаю
 ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город пос. Придорожный
 Рожнова А.В./

МЕНЮ
 2 апреля 2026 г.
 Ясли 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	227/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120	15,83	13,90	8,12	220,17	0,22
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ МОЛОЧНЫЙ	30	0,72	1,60	3,18	30,01	0,10
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,17	0,00	6,53	26,80	0,04
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
Итого			355	18,35	19,83	27,69	361,98	0,36
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	35	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	30	0,42	0,99	4,02	27,12	1,78
2021	92/2	СУП РИСОВЫЙ НА ГОВЯЖЬЕМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/8	5,69	8,30	21,31	186,47	7,51
2012	304	ПЛОВ С МЯСОМ	160	7,85	10,07	23,63	216,76	0,94
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,92	31,66	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			548	16,81	19,66	75,40	550,16	10,23
Полдник								
2008	435	КЕФИР	170	4,93	4,25	6,80	90,10	1,19
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2021	231/1	ПОВИДЛО	10	0,04	0,00	6,40	25,76	0,02
Итого			200	6,57	4,45	23,02	163,46	1,21
Ужин								
2008	231/1	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	180	26,24	8,58	2,46	176,69	0,32
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	20	0,47	1,36	2,53	24,47	0,82
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,11	0,04	6,33	28,11	12,72
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			400	28,14	10,16	19,80	270,06	13,86
Всего				70,45	54,22	157,39	1 395,50	27,98

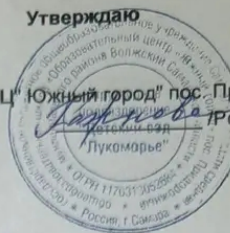
Мед.сестра _____

Ю.В. Кучкина

Кучкина Ю.В.

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ "Южный город" пос. Придорожный
Трожнова А.В./



МЕНЮ
2 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								
2008	227/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	16,77	11,74	11,95	219,79	0,26
2021	371	СОУС СЛАДКИЙ МОЛОЧНЫЙ	50	0,89	1,98	4,39	39,03	0,12
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,16	0,00	6,89	28,15	0,03
2008		БАТОН	25	1,99	0,25	12,24	59,34	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,48	0,03	31,51	0,00
Итого			430	19,83	17,45	35,50	377,82	0,41
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	35	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	50	0,51	1,52	3,97	31,88	1,80
2021	92/2	СУП РИСОВЫЙ НА ГОВЯЖЬЕМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	5,24	9,17	18,93	183,42	6,33
2012	304	ПЛОВ С МЯСОМ	200	8,26	9,94	28,72	237,49	0,97
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,46	33,83	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,31	0,19	15,21	71,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,22	10,57	50,85	0,00
Итого			675	17,97	21,04	85,86	609,26	9,10
Полдник								
2008	435	КЕФИР	215	6,13	5,28	8,45	111,96	1,48
2008		БАТОН	25	1,99	0,25	12,24	59,34	0,00
2021	231/1	ПОВИДЛО	15	0,05	0,00	7,55	30,38	0,02
Итого			255	8,17	5,53	28,24	201,68	1,50
Ужин								
2008	231/1	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	180	22,37	7,93	5,54	170,44	0,35
2012	348/1	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,43	2,86	2,26	36,76	0,86
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,14	0,06	10,41	45,31	16,67
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,22	10,57	50,85	0,00
Итого			455	24,59	11,07	28,78	303,36	17,88
Всего				71,14	55,21	189,86	1 541,96	31,21

Мед.сестра

Ю.В. Кучкина

Кучкина Ю.В.