

Утверждаю
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город, пос. Придорожный
И.О. Ермолаева Е.В./

МЕНЮ

2 июля 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	190	6,71	7,15	22,53	182,10	0,38
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,82	3,08	11,86	91,40	0,66
2008		БАТОН	35	2,78	0,35	17,05	82,66	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,18	0,04	37,90	0,00
Итого			410	13,34	14,76	51,48	394,06	1,34
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	0,61	0,12	12,18	52,90	2,46
Итого			120	0,61	0,12	12,18	52,90	2,46
Обед								
2021	20/1	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,71	2,61	3,68	41,39	1,89
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	8,68	9,83	19,55	207,68	14,63
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,25	4,21	22,77	142,41	11,15
	277	КУРЫ ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТАМИ	70	8,14	9,60	3,22	132,09	1,32
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,39	33,54	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,49	0,28	22,98	108,46	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,40	0,19	8,96	43,10	0,00
Итого			707	25,67	26,72	89,55	708,67	28,99
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	5,84	5,03	8,05	106,67	1,41
2012	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,28	0,93	24,52	123,45	0,10
Итого			250	10,12	5,96	32,57	230,12	1,51
Ужин								
2008	231/1	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ	220	23,87	6,13	6,35	160,53	3,07
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЯБЛОКОМ	200	0,29	0,20	13,90	62,51	21,59
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,10	0,28	13,45	64,72	0,00
Итого			452	26,26	6,61	33,70	287,76	24,66
Всего				76,00	54,17	219,48	1 673,51	58,96

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

Утверждаю
и.о.Руководителя
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город пос. Придорожный
и.о. Ермолаева Е.В./

МЕНЮ

2 июля 2026 г.

Если 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	170	5,82	6,00	18,81	153,27	0,62
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,61	2,91	10,51	83,48	0,62
2008		БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,44	0,04	40,28	0,00
Итого			365	11,86	13,65	44,09	348,43	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	0,63	2,33	3,28	36,75	1,67
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/7	6,36	6,05	13,35	137,62	11,09
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,73	3,29	19,28	117,95	9,46
	277	КУРЫ ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТАМИ	60	5,36	6,52	2,23	89,23	1,15
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,44	29,76	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,94	0,16	12,74	60,12	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			572	18,34	18,53	66,80	512,22	23,37
Полдник								
2008	435	КЕФИР	170	4,93	4,25	6,80	90,10	1,19
2012	479	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	30	2,62	0,58	14,67	74,31	0,06
Итого			200	7,55	4,83	21,47	164,41	1,25
Ужин								
2008	231/1	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ	200	23,48	5,95	6,14	157,00	3,03
2008	441	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЯБЛОКОМ	180	0,21	0,15	9,17	41,37	13,37
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			400	25,01	6,28	23,79	239,16	16,40
Всего				63,34	43,41	167,63	1 314,06	44,58

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.