

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

МЕНЮ 6 июля 2026 г.

Ясли 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								
	189/1	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	4,90	6,49	17,97	150,11	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,54	3,02	9,81	81,44	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	10,87	13,94	42,55	340,35	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	0,48	2,18	1,32	27,39	3,30
2008	105	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА ГОВЯЖЬЕМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	6,03	8,28	16,85	169,75	6,75
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С- МЯСОМ	160	8,92	10,89	7,81	166,15	26,54
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,60	30,41	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			579	20,37	21,89	65,59	546,33	36,59
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	61,17	13,01
2021	454	РАСТЕГАЙ С РЫБОЙ	130	13,07	11,08	42,31	318,02	0,52
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,18	0,00	6,61	27,11	0,04
Итого			420	13,77	11,60	61,67	406,30	13,57
Всего				52,31	54,01	203,37	1 521,62	54,98

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

Утверждаю
Руководитель учреждения
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город" пос. Придорожный
И.О. Ермолаева В.И.

МЕНЮ 6 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								
	189/1	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	5,94	6,26	25,85	183,46	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,90	3,30	10,77	89,34	0,67
2008		БАТОН	35	2,77	0,35	16,99	82,37	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
Итого			410	12,66	14,06	53,66	392,67	1,29
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	50	0,57	5,50	2,23	61,27	3,99
2008	105	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА ГОВЯЖЬЕМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	6,55	9,88	20,79	202,70	7,01
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	8,56	12,93	7,97	183,87	25,33
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,28	33,12	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,38	0,27	22,25	104,99	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,38	0,45	21,64	104,13	0,00
Итого			715	22,44	29,03	83,16	690,08	36,33
Полдник								
2008	435	КЕФИР	220	6,41	5,53	8,84	117,13	1,55
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	1,97	2,57	19,51	109,35	0,00
Итого			250	8,38	8,10	28,35	226,48	1,55
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	160	0,51	0,51	12,43	59,62	12,69
2021	454	РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	130	16,03	10,99	44,88	337,40	0,63
2008	430/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,00	6,88	28,30	0,04
Итого			470	16,74	11,50	64,19	425,32	13,36
Всего				60,80	62,81	240,84	1 784,39	54,85

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.