

Утверждаю

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

МЕНЮ **13 октября 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								
2012	94	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	170	7,17	6,75	24,65	188,60	0,62
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,55	2,91	10,80	84,38	0,66
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
Итого			375	12,35	13,99	45,31	357,98	1,28
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Итого			120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ ТЕРТОЙ МОРКОВИ	30	0,36	1,18	1,90	20,01	0,57
2021	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	6,76	8,24	19,89	185,16	7,08
2008	306/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	160	10,18	10,42	12,04	184,63	28,39
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	9,94	41,36	0,88
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
Итого			534	19,30	20,09	56,32	490,37	36,92
Полдник								
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30	2,97	1,54	11,91	73,78	0,01
2008	402	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	170	0,00	0,00	12,03	48,10	0,00
Итого			200	2,97	1,54	23,94	121,88	0,01
Ужин								
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,57	2,68	2,31	35,77	2,10
2012	212	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ ,ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	110	4,70	4,49	25,10	159,87	0,01
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,11	0,04	6,29	27,88	12,38
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			400	12,99	12,05	50,93	366,39	14,49
Всего				48,21	47,79	188,48	1 388,63	55,12

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.

реждения
дорожный
нова А.В./

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 октября 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	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	190	7,99	8,04	28,22	217,93	0,69
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,51	2,80	10,81	83,31	0,65
2008		БАТОН	25	2,02	0,25	12,40	60,13	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,79	0,05	43,38	0,00
Итого			421	13,55	15,88	51,48	404,75	1,34
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Итого			120	0,60	0,12	11,98	52,01	2,42
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ ТЕРТОЙ МОРКОВИ	50	0,56	1,93	2,99	32,15	0,89
2021	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	7,34	9,42	19,39	196,25	6,89
2008	306/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	9,84	11,91	17,00	216,80	31,02
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,10	0,10	10,78	45,04	1,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			650	20,13	23,55	65,21	561,29	39,82
Полдник								
2012	117	ГРЕНКИ С СЫРОМ	30	2,61	1,06	12,03	68,52	0,01
2008	402	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	220	0,00	0,00	15,35	61,38	0,00
Итого			250	2,61	1,06	27,38	129,90	0,01
Ужин								
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,30	0,00
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,94	4,39	3,80	58,76	3,46
2012	212	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ ,ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	110	6,43	6,28	31,59	209,23	0,02
2021	0108/1	ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,22	0,09	11,48	51,80	26,71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,45	0,46	22,06	106,16	0,00
Итого			452	16,00	15,71	69,20	487,25	30,19
Всего				52,89	56,32	225,25	1 635,20	73,78

Мед.сестра

Кучкина Ю.В.