

государственное бюджетное
образовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
пос. Придорожный муниципального
района Волжский Самарской области
структурное подразделение
«Детский сад "Семицветик"»

Согласовано

ГБОУ СШОУК «Южный город»
П. Персилькина О.К.

М Е Н Ю

8 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход		Химический состав		Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
			Белка, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	150	4,54	5,55	17,58	139,09	0,58
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,38	2,86	8,50	74,20	0,58
2008		БАТОН	21	1,89	0,21	10,37	50,24	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3	0,02	2,75	0,03	24,91	0,00
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Итого			364	14,73	15,97	36,78	351,44	1,16
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	120	0,60	0,12	12,12	51,60	2,40
Итого			120	0,60	0,12	12,12	51,60	2,40
Обед								
2008	41к	САЛАТ ЛУКОВЫЙ	30	0,41	2,21	2,38	31,24	1,20
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/7	6,64	8,39	22,72	196,30	7,81
2008	306к	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	180	6,53	6,92	12,97	142,27	27,01
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,07	0,07	9,22	36,21	0,71
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,47	0,25	28,41	125,78	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			586	18,11	18,10	88,42	594,99	36,73
Полдник								
2012	384	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	4,54	3,91	16,62	120,90	0,84
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			200	6,04	5,87	31,50	204,30	0,84
Ужин								
2008	24/	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,52	2,46	2,12	32,90	0,80
2008	231	РЫБА ПОД ОВОЩАМИ	170	11,74	5,73	6,26	124,57	2,94
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,30	0,00	3,85	16,63	0,06
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			400	13,88	8,37	20,71	214,89	3,80
Всего			53,36	48,43	189,53	1 417,22	44,93	

Стоимость диеты: 165 руб

государственное бюджетное
образовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
пос. Придорожный муниципального
района Волжский Самарской области
структурное подразделение
«Детский сад "Семицветик"»

Согласовано

ГБОУ СШОУК «Южный город»
П. Персилькина О.К.

М Е Н Ю

8 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход		Химический состав		Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
			Белка, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	170	5,63	6,06	22,33	167,15	0,68
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,90	3,31	10,10	86,78	0,68
2008		БАТОН	26	2,05	0,26	12,59	61,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Итого			410	16,70	17,53	45,35	407,90	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	120	0,60	0,12	12,12	51,60	2,40
Итого			120	0,60	0,12	12,12	51,60	2,40
Обед								
2008	41к	САЛАТ ЛУКОВЫЙ	50	0,67	3,11	3,94	46,72	1,98
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/9	7,21	9,84	26,78	228,84	9,10
2008	306к	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	7,86	8,54	16,15	175,24	32,90
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,08	0,08	11,65	48,04	0,77
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3,31	0,33	38,06	168,49	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			688	21,12	22,16	109,30	728,52	44,75
Полдник								
2012	384	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	220	5,10	4,38	21,16	145,79	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,26	2,95	22,39	125,52	0,00
Итого			250	7,36	7,33	43,57	271,31	0,94
Ужин								
2008	24/	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,70	3,27	2,83	43,76	1,06
2008	231	РЫБА ПОД ОВОЩАМИ	180	13,45	7,40	7,50	151,58	3,49
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,38	0,00	5,19	22,26	0,08
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			450	16,52	10,93	28,24	276,79	4,63
Всего			62,30	58,07	236,58	1 736,12	54,08	

Стоимость диеты: 170 руб