

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

Согласовано

Руководитель
ГБОУ СОШ № 205 г. Покровский
Персоналия О.К.И.

М Е Н Ю
9 октября 2024 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник рецепт- тур	№ экз. рецепт- туры	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энергетическая ценность, ккал	Пита- тельн. С, мг
				Белок, г	Жиры, г		
Завтрак							
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	5,61	6,25	24,25	175,78
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,35	2,70	10,23	79,37
2008		БАТОН	25	2,04	0,25	12,51	60,64
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,05	0,04	36,68
Итого			400	11,02	13,25	47,03	352,47
II Завтрак							
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	105	0,44	0,44	10,74	51,50
Итого			105	0,44	0,44	10,74	51,50
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,93	2,44	3,28	39,87
2008	77к	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/8	5,21	7,23	22,28	179,43
2008	59	КУЛЕБЯКА С КУРОЙ	160	15,30	14,48	44,82	370,79
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,16	0,04	11,09	46,22
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,19	0,22	25,11	111,15
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,22	10,74	51,68
Итого			629	25,47	24,63	117,32	799,14
Полдник							
2008	435	КЕФИР	200	5,93	5,11	8,18	108,40
2008		СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	4,14	0,44	41,08	185,01
Итого			250	10,07	5,55	49,26	293,41
Ужин							
2008	КК	САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ	70	1,16	3,03	7,72	63,08
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	12,13	14,90	4,30	200,35
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,08	0,08	10,54	43,68
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,35	16,87	81,19
Итого			450	16,01	18,36	39,43	388,30
Всего				63,01	62,23	263,78	1 884,82

Стоимость дня: 165 руб

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

Согласовано

Руководитель
ГБОУ СОШ № 205 г. Покровский
Персоналия О.К.И.

М Е Н Ю
9 октября 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник рецепт- тур	№ экз. рецепт- туры	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энергетическая ценность, ккал	Пита- тельн. С, мг
				Белок, г	Жиры, г		
Завтрак							
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	4,41	5,28	18,60	139,65
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	170	3,34	2,70	9,54	76,60
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60
2008	4	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,66	0,04	33,21
Итого			354	9,37	11,84	38,00	297,06
II Завтрак							
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,55	1,17	1,96	21,09
2008	77к	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/7	4,45	6,80	18,66	157,22
2008	59	КУЛЕБЯКА С КУРОЙ	145	13,62	12,52	40,52	329,13
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,16	0,04	8,93	37,51
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,71	0,17	19,67	87,08
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
Итого			532	21,81	20,88	98,22	672,82
Полдник							
2008	435	КЕФИР	170	5,03	4,33	6,93	91,87
2008		СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	30	2,47	0,26	24,50	110,31
Итого			200	7,50	4,59	31,43	202,18
Ужин							
2008	КК	САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ	60	1,01	2,32	6,66	51,76
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	11,84	13,48	3,82	184,29
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,08	0,08	10,39	43,82
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
Итого			400	14,92	16,14	33,59	340,26
Всего				54,00	53,85	211,04	1 559,32

Стоимость дня: 158 руб