

Согласовано
 Руководитель
 ООО СОУ "Самарский город и Пригородный район Самарской области" Пересыкина О.К.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр «Южный город»
 МБОУ СОУ "Самарский город и Пригородный район Самарской области" структурное подразделение "Детский сад "Семцветик".
 15 октября 2024 г.
 Сад 12 часов

Сборник рецептур 1990	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энергетическая ценность, ккал	Выход мяса С, м
			Белок, г	Жиры, г		
Завтрак						
2008	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,12	5,24	22,57	157,98
	ЖИДКАЯ	180	3,26	2,78	9,04	75,09
2012	КАКАО С МОЛОКОМ	25	1,96	0,25	12,05	58,40
2008	БАТОН	5	0,02	4,06	0,04	36,77
2008	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	11	2,49	3,17	0,00	39,08
2008	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	401	12,85	15,50	43,70	367,32
Итого						
II Завтрак						
2008	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,44	0,44	10,80	51,82
Итого		110	0,44	0,44	10,80	51,82
Обед						
2008	САЛАТ ЛУКОВЫЙ	50	0,67	2,25	3,94	39,12
2008	СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/9	7,63	10,25	16,09	191,52
2008	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	7,31	8,08	10,73	147,23
2008	КУР	180	0,14	0,03	11,02	45,72
2008	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	31	2,61	0,26	30,00	132,81
2008	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,02	0,27	12,93	62,22
2008	ХЛЕБ РЖАНОЙ	681	20,38	21,14	84,71	619,02
Итого						
Полдник						
2012	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	220	4,21	3,62	19,44	128,26
2008	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,26	2,95	22,38	125,45
Итого		250	6,47	6,57	41,82	253,71
Ужин						
2008	ВИНЕГРЕТ	90	1,61	2,42	9,48	66,06
2008	РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	160	14,66	7,42	59,76	364,34
2008	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,31	0,00	5,01	21,27
2008	ЧАЙ С САХАРОМ	450	16,58	9,84	74,25	452,27
Итого						
Всего			56,72	53,49	255,28	1 744,14
Итого						
Всего						65,09

Стоимость: руб. 163 руб

Согласовано
 Руководитель
 ООО СОУ "Самарский город и Пригородный район Самарской области" Пересыкина О.К.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр «Южный город»
 МБОУ СОУ "Самарский город и Пригородный район Самарской области" структурное подразделение "Детский сад "Семцветик".
 15 октября 2024 г.
 Сад 12 часов

Сборник рецептур 1990	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энергетическая ценность, ккал	Выход мяса С, м
			Белок, г	Жиры, г		
Завтрак						
2008	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	160	4,04	4,33	17,70	126,04
	ЖИДКАЯ	160	3,00	2,55	7,96	67,60
2012	КАКАО С МОЛОКОМ	20	1,60	0,20	9,82	47,60
2008	БАТОН	4	0,02	3,44	0,03	31,17
2008	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	1,58	2,01	0,00	24,84
2008	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	351	10,24	12,53	35,51	297,25
Итого						
II Завтрак						
2008	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	105	0,42	0,42	10,29	49,35
Итого		105	0,42	0,42	10,29	49,35
Обед						
2008	САЛАТ ЛУКОВЫЙ	30	0,41	1,68	2,40	26,52
2008	СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/7	7,77	10,13	13,86	181,13
2008	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	6,37	7,29	9,42	130,71
2008	КУР	150	0,14	0,03	9,24	38,50
2008	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	20	1,71	0,17	19,67	87,08
2008	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	6,48	40,79
2008	ХЛЕБ РЖАНОЙ	567	17,72	19,48	63,07	504,73
Итого						
Полдник						
2012	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	3,39	2,91	14,50	98,53
2008	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40
Итого		200	4,89	4,87	29,38	181,93
Ужин						
2008	ВИНЕГРЕТ	70	1,32	2,68	7,99	61,56
2008	РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	150	12,49	6,22	50,53	307,71
2008	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,27	0,00	3,80	16,29
2008	ЧАЙ С САХАРОМ	400	14,08	8,90	62,32	385,56
Итого			47,35	46,20	200,57	1 418,82
Всего						57,41

Стоимость: руб. 157 руб