

государственное бюджетное
общественное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
им. Придорожной муниципальной
разлива Волжским Самарской области
структурное подразделение
«Детский сад "Семицветик" Ясли 12 часов

Согласовано

Руководитель
БОУ СОШ №17 Кувшиновский район Самарской области
В.И. Сидорова

М Е Н Ю
16 октября 2024 г.

Сбор-ник рецептур	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белок, г	Жиры, г		
Завтрак						
2008	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	160	4,74	5,57	17,09	136,10
2012	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	170	3,25	2,65	9,55	75,72
2008	БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60
2008	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,00	0,03	27,20
Итого		354	9,61	11,42	36,49	285,62
в Завтрак						
2008	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,55	0,11	11,11	47,30
Итого		110	0,55	0,11	11,11	47,30
Обед						
2008	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,50	1,60	1,49	24,35
2008	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ И ЯЙЦОМ	160/7/40	8,81	9,59	16,70	192,08
2008	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,61	3,34	23,03	136,65
2012	КУРЫ ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	50	4,64	6,59	4,85	97,82
2008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,05	0,05	8,34	34,36
2008	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,71	0,17	19,67	87,06
2008	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
Итого		587	20,64	21,72	82,60	613,13
Полдник						
2008	КЕФИР	159	4,61	3,98	6,36	84,32
2008	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	30	2,47	0,26	24,40	109,93
Итого		189	7,08	4,24	30,76	194,25
Ужин						
2008	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	50	0,20	0,20	4,90	23,50
2008	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	150	13,34	11,76	12,37	216,17
2012	ПОДЛИВКА СЛАДКАЯ	20	0,03	0,00	5,24	21,06
2008	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,12	0,03	8,99	37,34
Итого		400	13,69	11,99	31,50	298,09
Всего			51,57	49,48	192,46	1 441,39

Стоимость дин. 160 руб

государственное бюджетное
общественное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
им. Придорожной муниципальной
разлива Волжским Самарской области
структурное подразделение
«Детский сад "Семицветик" Ясли 12 часов

Согласовано

Руководитель
БОУ СОШ №17 Кувшиновский район Самарской области
В.И. Сидорова

М Е Н Ю
16 октября 2024 г.

Сбор-ник рецептур	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белок, г	Жиры, г		
Завтрак						
2008	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	180	6,18	6,65	23,20	178,14
2012	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,57	2,89	10,39	82,70
2008	БАТОН	25	2,03	0,25	12,47	60,45
2008	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,94	0,04	35,75
Итого		400	11,80	13,73	46,10	357,04
в Завтрак						
2008	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,55	0,11	11,11	47,30
Итого		110	0,55	0,11	11,11	47,30
Обед						
2008	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,82	2,19	2,48	33,43
2008	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ И ЯЙЦОМ	180/6/40	9,47	10,67	19,67	216,66
2008	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,36	3,70	34,31	192,29
2012	ПОДЛИВКА ИЗ МЯСА КУР	70	5,61	7,25	6,42	113,73
2008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,06	0,06	10,81	44,36
2008	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,55	0,26	29,24	129,46
2008	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
Итого		718	25,96	24,39	115,65	791,12
Полдник						
2008	КЕФИР	187	5,43	4,68	7,50	99,32
2008	СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	4,10	0,44	40,52	182,54
Итого		237	9,53	5,12	48,02	281,86
Ужин						
2008	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	0,24	0,24	5,90	26,28
2008	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	160	17,26	14,36	13,74	264,15
2012	ПОДЛИВКА СЛАДКАЯ	30	0,05	0,00	8,67	34,88
2008	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0,13	0,03	10,54	43,68
Итого		450	17,68	14,63	38,85	370,99
Всего			65,42	57,98	259,73	1 846,31

Стоимость дин. 155 руб