

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

Согласовано

ГБОУ СОШ "Южный город" Самарской области
Пересыльная О.К.

МЕНИУ
17 сентября 2024 г.
Ясли 12 часов

| Сбор-ник рефер-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | Энергетическая ценность, ккал | Выход-ный С, мг |
|--------------------|---------------|--|--------------|-------------------|---------------|-------------------------------|-----------------|
| | | | | Белок, г | Жиры, г | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ | 170 | 4,92 | 5,60 | 20,82 | 153,94 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 170 | 3,13 | 2,62 | 9,14 | 73,54 |
| 2008 | | БАТОН | 25 | 1,99 | 0,25 | 12,24 | 59,32 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,14 | 0,04 | 37,55 |
| 2012 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ | 40 | 4,93 | 4,46 | 0,27 | 80,92 |
| Итого | | | 410 | 15,00 | 17,07 | 42,51 | 385,27 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 121 | 0,60 | 0,12 | 11,84 | 51,43 |
| Итого | | | 121 | 0,60 | 0,12 | 11,84 | 51,43 |
| Обед | | | | | | | |
| 2012 | 41 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,76 | 1,76 | 2,41 | 29,42 |
| 2008 | 57к | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/8 | 4,91 | 7,33 | 18,24 | 163,38 |
| 2012 | 317 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 5,00 | 3,84 | 31,94 | 182,43 |
| 2008 | 308/ | ПОДЛИВА ИЗ МЯСА КУР | 70 | 6,20 | 8,55 | 7,15 | 130,79 |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ | 180 | 0,16 | 0,04 | 10,95 | 45,74 |
| 2008 | 84 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,42 | 0,34 | 39,24 | 173,73 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,68 | 0,36 | 17,14 | 82,47 |
| Итого | | | 698 | 23,13 | 22,22 | 127,07 | 807,96 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | 220 | 0,00 | 0,00 | 10,78 | 43,11 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 2,26 | 2,95 | 22,43 | 125,70 |
| Итого | | | 250 | 2,26 | 2,95 | 33,21 | 168,81 |
| Ужин | | | | | | | |
| 2008 | 133к | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ | 160 | 2,93 | 5,31 | 23,74 | 154,73 |
| 2008 | 192к | ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ | 70 | 18,35 | 5,08 | 4,01 | 135,62 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,27 | 0,00 | 4,92 | 20,79 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,67 | 0,22 | 10,71 | 51,52 |
| Итого | | | 455 | 23,22 | 10,61 | 43,38 | 362,66 |
| Всего | | | 64,21 | 52,97 | 258,01 | 1 776,13 | 38,75 |

Стоимость диеты: 159 руб.

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

Согласовано

ГБОУ СОШ "Южный город" Самарской области
Пересыльная О.К.

МЕНИУ
17 сентября 2024 г.
Ясли 12 часов

| Сбор-ник рефер-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | Энергетическая ценность, ккал | Выход-ный С, мг |
|--------------------|---------------|--|--------------|-------------------|---------------|-------------------------------|-----------------|
| | | | | Белок, г | Жиры, г | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ | 150 | 4,09 | 4,29 | 17,40 | 124,95 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 2,69 | 2,25 | 7,72 | 62,53 |
| 2008 | | БАТОН | 20 | 1,60 | 0,20 | 9,82 | 47,60 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 4 | 0,02 | 3,09 | 0,03 | 28,05 |
| 2012 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ | 40 | 4,93 | 4,46 | 0,27 | 80,92 |
| Итого | | | 364 | 13,33 | 14,29 | 35,24 | 324,05 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 120 | 0,60 | 0,12 | 11,84 | 51,43 |
| Итого | | | 120 | 0,60 | 0,12 | 11,84 | 51,43 |
| Обед | | | | | | | |
| 2012 | 41 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 30 | 0,45 | 1,26 | 1,48 | 19,51 |
| 2008 | 57к | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 160/8 | 4,01 | 5,78 | 16,27 | 137,08 |
| 2012 | 317 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 110 | 3,21 | 2,38 | 20,54 | 116,50 |
| 2008 | 308/ | ПОДЛИВА ИЗ МЯСА КУР | 50 | 3,98 | 4,98 | 5,23 | 81,90 |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ | 150 | 0,15 | 0,03 | 8,55 | 35,81 |
| 2008 | 84 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,57 | 0,26 | 29,51 | 130,61 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 |
| Итого | | | 568 | 16,36 | 14,95 | 94,30 | 582,60 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,62 | 42,47 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,50 | 1,96 | 14,88 | 83,40 |
| Итого | | | 200 | 1,50 | 1,96 | 25,50 | 125,87 |
| Ужин | | | | | | | |
| 2008 | 133к | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ | 150 | 2,75 | 5,97 | 22,23 | 153,90 |
| 2008 | 192к | ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ | 50 | 13,10 | 4,25 | 3,09 | 103,22 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,19 | 0,00 | 4,04 | 16,92 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 |
| Итого | | | 400 | 17,36 | 10,40 | 37,84 | 314,83 |
| Всего | | | 49,15 | 41,72 | 204,72 | 1 388,78 | 33,37 |

Стоимость диеты: 152 руб.