

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"

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 СОШ "ЮГ" Южный город, Придорожный
Рководитель
Пересыкина О.К.

Меню
18 сентября 2024 г.
Если 12 часов

Меню
18 сентября 2024 г.
Сад 12 часов

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энергетическая ценность, ккал	Выдача С, кг
				Белок, г	Жиры, г		
Завтрак							
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	160	4,93	5,16	19,42	144,43
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	170	2,92	2,43	8,46	68,02
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,66	0,04	33,21
Итого			354	9,47	11,45	37,74	293,26
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							
2008		СВЕКОЛЬНЫЕ СЛАЙСЫ	30	0,46	0,03	2,66	12,68
2008	99/	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КБ С ФАСОЛЬЮ И ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ	160/7/ 20	6,65	10,04	19,13	196,97
2008	260к	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ МЯСОМ	180	6,06	8,06	6,34	131,86
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,06	0,06	7,92	32,89
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			607	17,79	18,71	80,28	566,20
Полдник							
2008	435	РЯЖЕНКА	153	4,45	3,83	6,44	82,80
2008		СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	30	2,44	0,26	23,84	107,56
Итого			183	6,89	4,09	30,28	190,36
Ужин							
2012	65/	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,50	0,04	3,76	17,88
2012	40к	ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ С ТВОРОГОМ	140	17,82	13,98	32,12	328,02
2008	371к	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	40	0,91	1,07	4,23	32,12
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,15	0,03	9,91	41,36
Итого			400	19,38	15,12	50,02	419,38
Всего				54,13	49,49	210,16	1 520,63

Стоимость дня: 157 руб.

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энергетическая ценность, ккал	Выдача С, кг
				Белок, г	Жиры, г		
Завтрак							
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	190	6,19	6,74	24,10	182,63
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,33	2,67	10,11	78,61
2008		БАТОН	25	1,99	0,25	12,23	59,27
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,33	0,04	39,22
Итого			400	11,54	13,99	46,48	359,73
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							
2008		СВЕКОЛЬНЫЕ СЛАЙСЫ	50	0,75	0,05	4,36	20,81
2008	99/	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КБ С ФАСОЛЬЮ И ЯЙЦОМ СО СМЕТАНОЙ	160/8/ 20	7,34	10,45	21,19	212,28
2008	260к	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	6,95	9,58	9,50	154,11
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,07	0,07	10,29	42,55
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,46	0,35	39,72	175,84
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,35	16,94	81,48
Итого			718	21,21	20,85	102,00	687,07
Полдник							
2008	435	РЯЖЕНКА	166	5,38	4,64	7,79	100,19
2008		СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	4,04	0,44	38,15	172,86
Итого			236	9,42	5,08	45,94	273,05
Ужин							
2012	65/	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С САХАРОМ	50	0,63	0,05	4,13	20,08
2012	40к	ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ С ТВОРОГОМ	160	21,05	17,45	35,62	386,74
2008	371к	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	1,09	1,25	4,68	36,56
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	190	0,15	0,03	9,85	41,09
Итого			450	22,92	16,78	54,28	484,47
Всего				65,69	58,82	260,54	1 855,75

Стоимость дня: 165 руб.