

Муниципальное бюджетное
образовательное учреждение
Самарской области
Городная общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
18 октября 2024 г.
г. Пригородный муниципальный
район Волжский Самарской области

Согласовано

Руководитель
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город г. Пригородный
(Пересылкина О.К.)

Меню
18 октября 2024 г.

Если 12 часов

Сбор-ник ре-цеп-тур	№ ре-цеп-тур	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Высо-кий С, мг
				Белок, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	160	4,04	4,68	13,36	112,38	0,56
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	170	2,97	2,43	6,75	69,41	0,52
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,44	0,03	31,17	0,00
Итого			354	8,63	10,75	31,96	260,56	1,07
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Итого			100	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00
Обед								
2008	41	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30	0,51	1,69	2,61	27,81	1,33
2012	81/	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/КБ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	160/7	5,66	6,60	20,26	167,24	8,71
2008	309/к	ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ	180	7,06	8,39	13,84	160,05	17,24
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,06	0,06	8,62	35,49	0,57
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,57	0,26	29,51	130,61	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			587	17,85	17,26	87,56	582,39	27,85
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	4,69	4,00	11,57	102,27	0,83
2008		БАТОН	15	1,20	0,15	7,37	35,70	0,00
Итого			200	5,89	4,15	18,94	137,97	0,83
Ужин								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" С ЯБЛОКОМ	80	0,99	1,83	7,69	51,73	4,95
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	140	14,07	9,48	46,19	329,99	0,20
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,10	0,02	8,91	36,76	2,60
Итого			400	15,16	11,33	62,79	418,48	7,76
Всего			48,43	43,69	209,37	1 442,40	97,60	

Стоимость дня: 145 руб

Муниципальное бюджетное
образовательное учреждение
Самарской области
Городная общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
18 октября 2024 г.
г. Пригородный муниципальный
район Волжский Самарской области

Согласовано

Руководитель
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город г. Пригородный
(Пересылкина О.К.)

Меню

18 октября 2024 г.

Если 12 часов

Сбор-ник ре-цеп-тур	№ ре-цеп-тур	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Высо-кий С, мг
				Белок, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	4,71	4,41	16,96	127,28	0,57
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	190	3,25	2,67	9,99	77,80	0,57
2008		БАТОН	25	2,03	0,25	12,44	60,31	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,02	0,04	36,42	0,00
Итого			400	10,02	11,35	39,45	301,81	1,14
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН	105	0,95	0,21	8,51	45,15	63,00
Итого			105	0,95	0,21	8,51	45,15	63,00
Обед								
2008	41	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,80	1,98	4,24	38,33	2,16
2012	81/	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/КБ С ФАСОЛЬЮ И СМЕТАНОЙ	180/9	6,18	6,88	21,08	176,27	8,83
2008	309/к	ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ	200	7,88	8,35	15,04	168,09	20,04
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,06	0,06	11,34	46,47	0,59
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,42	0,34	39,34	174,15	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			699	20,99	17,96	108,00	684,89	31,62
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	230	4,73	4,03	12,00	104,42	0,83
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			250	6,33	4,23	21,82	152,02	0,83
Ужин								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" С ЯБЛОКОМ	90	1,14	2,10	8,62	58,12	5,32
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	160	16,76	10,73	53,94	384,57	0,25
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0,13	0,03	11,03	45,54	3,35
Итого			450	18,03	12,86	73,49	488,23	8,92
Всего			56,32	46,61	261,27	1 672,10	106,51	

Стоимость дня: 150 руб