

государственное бюджетное
образовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
г.о. Пролетарский муниципального района Самарской области

Согласовано

Руководитель:
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город в Пролетарский
Лериселкина О.К.

МЕНЮ
21 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ные рецеп- туры	Выход, кг	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Выта- мин С, мг
				Белок, г	Жиры, г	Угле- водки, г		
Завтрак								
2008	180	КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	160	4,65	6,11	17,59	144,72	0,57
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	170	3,25	2,67	8,91	73,35	0,57
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,17	0,03	28,77	0,00
Итого			354	9,52	12,15	36,35	294,44	1,14
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,56	0,11	11,34	48,29	2,25
Итого			110	0,56	0,11	11,34	48,29	2,25
Обед								
2012	65/	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,39	1,52	2,06	23,87	0,62
2008	83к	ЩИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/7	3,80	5,41	12,74	118,71	10,72
2008	212	ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ КУР	120	9,49	8,86	19,79	197,17	0,28
2012	73	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	50	0,78	0,08	4,33	21,27	0,95
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,08	0,09	9,26	38,53	0,77
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,78	0,18	20,43	90,42	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,37	0,18	8,80	42,36	0,00
Итого			559	17,67	16,31	77,41	532,33	13,34
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	6,53	26,12	0,00
2012	479к	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5,58	5,33	27,02	178,36	0,10
Итого			200	5,58	5,33	33,55	204,48	0,10
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	50	0,20	0,20	4,00	23,50	5,00
2008	227/	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	130	15,50	13,12	11,33	233,64	0,27
2008	371к	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	40	0,64	1,30	3,50	31,14	0,10
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,12	0,03	9,28	38,52	3,32
Итого			400	16,46	14,65	29,01	326,80	8,69
Всего				49,79	48,55	187,66	1 406,34	25,52

Стоимость дня: 146 руб

государственное бюджетное
образовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
г.о. Пролетарский муниципального района Самарской области

Согласовано

Руководитель:
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город в Пролетарский
Лериселкина О.К.

МЕНЮ
21 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ные рецеп- туры	Выход, кг	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Выта- мин С, мг
				Белок, г	Жиры, г	Угле- водки, г		
Завтрак								
2008	180	КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	180	5,31	5,66	22,15	181,61	0,57
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	190	3,31	2,67	10,11	78,43	0,57
2008		БАТОН	25	1,99	0,25	12,19	59,11	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,22	0,04	38,23	0,00
Итого			400	10,64	12,80	44,49	337,38	1,14
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,56	0,11	11,34	48,29	2,25
Итого			110	0,56	0,11	11,34	48,29	2,25
Обед								
2012	65/	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,64	1,60	3,40	31,16	1,02
2008	83к	ЩИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/8	4,59	6,33	15,89	143,44	13,39
2008	212	ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ КУР	150	11,31	9,02	28,57	249,15	0,33
2012	73	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	70	0,96	0,10	5,60	27,47	1,17
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,06	0,06	11,02	45,20	0,60
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,63	0,26	30,22	133,80	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,03	0,27	13,03	62,68	0,00
Итого			700	22,22	18,54	107,73	652,90	16,51
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	10,19	40,76	0,00
2012	479к	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	70	6,31	5,47	30,67	196,95	0,13
Итого			250	6,31	5,47	40,86	237,71	0,13
Ужин								
2008		ЯБЛОКО	60	0,24	0,24	5,89	28,24	6,01
2008	227/	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	140	16,70	15,85	13,03	280,24	0,34
2008	371к	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,75	1,63	4,83	40,74	0,11
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0,14	0,03	10,78	44,67	3,64
Итого			450	19,83	17,75	34,53	393,89	10,10
Всего				59,56	54,67	238,95	1 710,17	30,13

Стоимость дня: 153 руб