

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

МЕНЮ

24 октября 2024 г.

Сам 12 часов

Согласовано

Руководитель
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город п. Придорожный
Парасильяна О.К.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	190	6,36	6,71	24,09	182,93	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,61	3,06	9,58	81,11	0,62
2008		БАТОН	24	1,95	0,24	12,00	58,15	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,00	0,04	36,24	0,00
Итого			399	11,94	14,01	45,71	358,43	1,24
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,44	0,44	10,86	52,06	11,08
Итого			110	0,44	0,44	10,86	52,06	11,08
Обед								
2008	48/к	СВЕКОЛЬНЫЕ СЛАЙСЫ	50	0,73	0,05	4,27	20,36	2,00
2008	94/к	СУП ПЕРЛОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	4,81	7,08	20,22	168,31	7,78
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,00	4,30	27,16	171,05	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	9,09	6,21	5,73	129,21	7,28
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,13	0,03	10,83	44,85	3,54
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,40	0,34	39,04	172,81	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,61	0,35	16,72	80,43	0,00
Итого			698	26,77	18,36	123,97	787,02	20,60
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	220	6,19	5,34	10,23	115,17	1,14
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,24	2,93	22,24	124,67	0,00
Итого			250	8,43	8,27	32,47	239,84	1,14
Ужин								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	2,83	5,60	22,33	151,53	11,16
2008	192	ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ	70	10,81	5,74	7,93	126,79	0,20
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,28	0,00	4,94	20,84	0,08
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			450	15,91	11,60	47,92	360,35	11,42
Всего				63,49	52,68	260,93	1 297,70	45,48

Стоимость дня: 152 руб.

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

Руководитель
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город
п. Придорожный
Парасильяна О.К.

МЕНЮ

24 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	160	4,97	5,93	19,34	151,09	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,32	2,82	8,12	72,03	0,57
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,30	0,03	29,92	0,00
Итого			354	9,91	12,25	37,31	300,64	1,09
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,90	47,47	10,10
Итого			100	0,40	0,40	9,90	47,47	10,10
Обед								
2008	48/к	СВЕКОЛЬНЫЕ СЛАЙСЫ	30	0,45	0,03	2,60	12,39	1,22
2008	94/к	СУП ПЕРЛОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/7	4,30	6,50	17,22	148,27	7,08
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,91	3,69	22,17	141,27	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	7,57	6,02	4,76	114,87	6,10
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,13	0,03	8,84	36,80	3,36
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			567	21,92	16,79	97,82	645,40	17,76
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			200	6,56	6,33	23,26	177,68	0,94
Ужин								
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	140	2,41	5,61	18,95	136,14	9,46
2008	192	ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ	50	9,57	5,78	6,49	116,32	0,18
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,37	0,00	4,65	20,05	0,08
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			400	14,34	11,65	42,81	333,70	9,72
Всего				53,13	47,42	211,10	1 504,89	39,61

Стоимость дня: 145 руб.