

исполнительное бюджетное
образовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
пос. Приурожный муниципального района Волжский Самарской области
структурное подразделение
"Детский сад "Семицветик" Ясли 12 часов

Согласовано

ГБОУ СОШ "Южный город и Приурожный
Руководитель
Терехина О.К.

МЕНЮ
на 25 сентября 2024 г.

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энергетическая ценность, ккал	Выдача С, кг
				Белки, г	Жиры, г		
Завтрак							
2008	189	КУЛЕШ ПШЕНИЧЬИ МОЛОЧНЫЙ	150	4,11	4,11	15,69	116,76
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	170	3,08	2,43	9,60	73,22
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,00	0,03	27,20
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,93	2,45	0,00	30,26
Итого			352	10,74	12,19	35,14	295,04
В Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,55	0,11	11,11	47,30
Итого			110	0,55	0,11	11,11	47,30
Обед							
2008	64	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,55	0,92	1,61	17,19
2008	101	СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	7,35	8,77	15,96	176,58
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР	180	6,06	6,52	21,91	171,04
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,06	0,06	8,50	35,18
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧЬИ	31	2,65	0,27	30,40	134,57
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,05	0,27	13,10	63,04
Итого			591	18,72	16,81	91,48	597,60
Полдник							
2008	435	РЯЖЕНКА	120	3,48	3,00	5,04	64,80
2008		БАТОН	22	1,76	0,22	10,80	52,36
2008		ЯБЛОКО	58	0,23	0,23	5,73	27,47
Итого			200	5,47	3,45	21,57	144,63
Ужин							
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,76	0,06	4,92	24,02
2008	23	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	140	13,58	11,61	11,38	211,35
2012	439	ПОДЛИВКА СЛАДКАЯ	20	0,04	0,00	5,82	23,42
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	3,93	16,48
Итого			400	14,57	11,67	26,05	275,27
Всего			50,05	44,23	185,35	1 359,84	35,49

Стоимость диеты: 159 руб.

исполнительное бюджетное
образовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
пос. Приурожный муниципального района Волжский Самарской области
структурное подразделение
"Детский сад "Семицветик" Ясли 12 часов

Согласовано

ГБОУ СОШ "Южный город и Приурожный
Руководитель
Терехина О.К.

МЕНЮ
на 25 сентября 2024 г.

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав		Энергетическая ценность, ккал	Выдача С, кг
				Белки, г	Жиры, г		
Завтрак							
2008	189	КУЛЕШ ПШЕНИЧЬИ МОЛОЧНЫЙ	180	5,10	5,35	20,71	152,18
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,32	2,69	10,11	78,66
2008		БАТОН	25	2,00	0,25	12,27	59,50
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,07	0,04	36,88
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,72	3,46	0,00	42,65
Итого			402	13,16	15,82	43,13	369,87
В Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,55	0,11	11,11	47,30
Итого			110	0,55	0,11	11,11	47,30
Обед							
2008	64	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,92	1,94	2,71	32,61
2008	101	СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/10	8,18	9,87	18,82	201,79
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР	200	7,03	7,25	25,55	196,48
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,07	0,07	10,30	42,59
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧЬИ	41	3,48	0,35	40,04	177,25
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,70	0,36	17,26	83,03
Итого			702	22,38	19,84	114,68	733,75
Полдник							
2008	435	РЯЖЕНКА	154	4,47	3,85	6,47	83,23
2008		БАТОН	25	2,02	0,25	12,42	60,22
2008		ЯБЛОКО	71	0,26	0,28	6,96	33,37
Итого			250	6,77	4,38	25,85	176,82
Ужин							
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С САХАРОМ	70	0,87	0,07	5,65	27,56
2008	23	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150	15,99	13,11	13,19	243,53
2012	439	ПОДЛИВКА СЛАДКАЯ	30	0,05	0,00	8,68	34,92
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,25	0,00	4,78	20,11
Итого			450	17,16	13,18	32,30	326,12
Всего			60,02	53,33	227,07	1 653,86	43,96

Стоимость диеты: 166 руб.