

Согласовано

ГБОУ СОШ "ОГ Южный город п. Придорожный Самарской области
Руководитель
Парусникова О.К.

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"»

Меню
30 сентября 2024 г.
12 часов

Обор.-лик. реценз. -карты	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белок, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	160	4,51	5,32	18,11	138,82	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,28	2,79	9,24	76,08	0,57
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
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,58	2,01	0,00	24,84	0,05
Итого			351	10,99	13,76	37,20	318,51	1,14
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,55	0,11	11,19	47,66	2,22
Итого			110	0,55	0,11	11,19	47,66	2,22
Обед								
2008	41к	САЛАТ ЛУКОВЫЙ	30	0,41	1,68	2,39	26,49	1,20
2008	83к	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ И ЯЙЦОМ	160/7/40	9,06	10,59	17,73	206,22	14,22
2008	265	ПЛОВ ПЕРЛОВЫЙ С МЯСОМ КУР	180	7,42	7,66	27,90	210,75	1,68
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,05	0,05	7,72	31,88	0,53
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,64	0,27	30,32	134,24	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,04	0,27	13,07	62,89	0,00
Итого			629	21,62	20,52	99,13	672,47	17,63
Полдник								
2008	435	КЕФИР	152	4,40	3,79	6,07	80,38	1,06
2012	479к	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,35	2,95	22,13	132,40	0,07
Итого			202	8,79	6,74	28,20	212,78	1,13
Ужин								
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,50	0,04	3,49	16,78	0,80
2012	237	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	140	14,16	12,54	13,35	231,05	0,30
2008	371к	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	40	0,67	1,10	5,05	34,66	0,10
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,12	0,03	7,50	31,36	3,20
Итого			400	15,45	13,71	29,39	313,85	4,40
Всего			57,40	54,84	205,11	1 565,27	26,52	

Стоимость дня: 161 руб

Согласовано

ГБОУ СОШ "ОГ Южный город п. Придорожный Самарской области
Руководитель
Парусникова О.К.

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"»

Меню
30 сентября 2024 г.
12 часов

Обор.-лик. реценз. -карты	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белок, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ	180	5,43	6,12	22,39	167,03	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,63	3,05	10,06	83,30	0,62
2008		БАТОН	25	2,00	0,25	12,27	59,45	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,06	0,04	36,95	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,33	2,96	0,00	36,49	0,07
Итого			400	13,41	16,46	44,76	383,22	1,31
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,55	0,11	11,19	47,66	2,22
Итого			110	0,55	0,11	11,19	47,66	2,22
Обед								
2008	41к	САЛАТ ЛУКОВЫЙ	50	0,68	2,36	3,96	40,12	1,99
2008	83к	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ И ЯЙЦОМ	180/84	10,20	12,09	20,43	235,55	16,24
2008	265	ПЛОВ ПЕРЛОВЫЙ С МЯСОМ КУР	195	8,50	9,16	30,84	240,68	1,87
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	175	0,06	0,06	10,21	42,00	0,62
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,48	0,35	40,01	177,13	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,69	0,36	17,25	82,98	0,00
Итого			730	25,61	24,38	122,70	818,46	20,72
Полдник								
2008	435	КЕФИР	182	5,29	4,56	7,30	96,70	1,28
2012	479к	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	70	5,72	4,27	30,46	183,17	0,10
Итого			252	11,01	8,83	37,76	279,87	1,38
Ужин								
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ С САХАРОМ	50	0,63	0,05	4,00	19,57	1,00
2012	237	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	17,64	15,44	15,91	283,89	0,36
2008	371к	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,69	1,17	6,17	40,18	0,10
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0,14	0,03	9,96	41,40	3,70
Итого			450	19,10	16,69	36,04	385,03	5,16
Всего			69,68	66,47	252,45	1 914,24	30,79	

Стоимость дня: 168 руб