

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
Перовакина О.К.
МЕНО
30 октября 2024 г.
Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энер- гетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белок, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184/к	КАША МОЛОЧНАЯ 2 ЗЛАКА	180	5,55	5,94	22,61	166,85	0,58
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	190	3,60	2,93	10,80	84,75	0,63
2008		БАТОН	25	1,98	0,25	12,18	59,02	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,11	0,04	37,22	0,00
Итого			400	11,15	13,23	45,63	347,84	1,21
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,55	0,11	11,17	47,55	2,21
Итого			110	0,55	0,11	11,17	47,55	2,21
Обед								
2008	64	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,84	3,16	2,51	42,41	7,48
2008	77/к	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	185/9	4,83	7,36	20,62	172,93	10,13
2008	212	ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ КУР	135	11,17	11,44	21,67	234,79	0,37
2012	73	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	1,08	0,11	6,36	31,04	1,13
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,06	0,06	11,64	47,70	0,61
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,26	29,59	131,00	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,02	0,27	12,97	62,39	0,00
Итого			670	22,58	22,66	105,36	722,26	19,72
Полдник								
2008	435	КЕФИР	201	5,84	5,03	8,05	106,68	1,41
2008		СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	4,11	0,44	40,80	183,69	0,00
Итого			251	9,95	5,47	48,85	290,37	1,41
Ужин								
2008		АПЕЛЬСИН	40	0,36	0,08	3,24	17,22	24,03
2008	225/к	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	160	17,44	15,67	13,82	276,74	0,95
2008	371/к	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,76	1,69	4,81	41,38	0,11
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,00	0,00	9,59	38,36	0,00
Итого			450	18,56	17,44	31,46	373,70	25,09
Всего				62,79	58,91	242,47	1 781,72	49,64

Стоимость дня: 159 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
Перовакина О.К.
МЕНО
30 октября 2024 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энер- гетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белок, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184/к	КАША МОЛОЧНАЯ 2 ЗЛАКА	160	4,51	4,89	16,97	130,67	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	170	3,28	2,68	9,48	75,97	0,58
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,62	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,40	0,03	30,80	0,00
Итого			354	9,41	11,17	36,30	285,04	1,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	110	0,55	0,11	11,17	47,55	2,21
Итого			110	0,55	0,11	11,17	47,55	2,21
Обед								
2008	64	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,51	2,31	1,53	29,24	4,52
2008	77/к	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	165/7	4,05	6,41	17,09	145,94	8,45
2008	212	ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ КУР	120	9,58	10,51	14,64	191,57	0,32
2012	73	СОУС ТОМАТНЫЙ	40	0,88	0,10	5,26	25,67	0,88
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,06	0,06	9,31	38,31	0,56
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,71	0,17	19,67	87,08	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,02	0,27	12,97	62,39	0,00
Итого			563	18,81	19,83	80,47	580,20	14,73
Полдник								
2008	435	КЕФИР	171	4,96	4,28	6,85	90,72	1,20
2008		СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	30	2,47	0,26	24,54	110,42	0,00
Итого			201	7,43	4,54	31,39	201,14	1,20
Ужин								
2008		АПЕЛЬСИН	30	0,27	0,06	2,43	12,90	18,00
2008	225/к	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	140	13,27	12,00	11,82	215,86	0,76
2008	371/к	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	40	0,63	1,27	2,91	28,31	0,10
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	190	0,00	0,00	8,18	32,70	0,00
Итого			400	14,17	13,33	26,34	289,77	18,86
Всего				50,37	48,98	184,67	1 403,70	38,10

Стоимость дня: 152 руб