

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"»

М Е Н И О
7 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Согласовано

И.О. руководителя
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город
п. Придорожный
Батаева Ю.А./

| Сбор- ная рецеп- тура | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал | Вита- мины С, мг |
|--------------------------------|------------------|---|------------|-------------------|--------------|------------------|--|------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ | 160 | 4,86 | 5,46 | 18,46 | 142,98 | 0,52 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 170 | 3,26 | 2,78 | 8,24 | 71,81 | 0,58 |
| 2008 | | БАТОН | 21 | 1,65 | 0,21 | 10,13 | 49,09 | 0,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 4 | 0,02 | 3,09 | 0,03 | 28,05 | 0,00 |
| Итого | | | 355 | 9,79 | 11,54 | 36,86 | 291,93 | 1,10 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 |
| Итого | | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 10,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 64 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ | 30 | 0,45 | 1,26 | 1,69 | 20,27 | 4,57 |
| 2008 | 77/к | СВЕКОЛЬНИК НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 160/7 | 3,81 | 5,89 | 16,28 | 136,93 | 8,19 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ | 170 | 6,70 | 8,69 | 22,00 | 193,45 | 11,28 |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ | 150 | 0,13 | 0,03 | 9,60 | 39,85 | 3,45 |
| 2008 | 84 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,57 | 0,26 | 29,51 | 130,61 | 0,00 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 31 | 2,03 | 0,27 | 12,98 | 62,46 | 0,00 |
| Итого | | | 678 | 15,69 | 16,40 | 92,06 | 583,57 | 27,49 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 384 | КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ | 180 | 3,41 | 2,93 | 14,94 | 100,48 | 0,63 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,50 | 1,96 | 14,88 | 83,40 | 0,00 |
| Итого | | | 200 | 4,91 | 4,89 | 29,82 | 183,88 | 0,63 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 24/ | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 24 | 0,43 | 2,00 | 1,73 | 26,73 | 0,65 |
| 2008 | 231 | РЫБА ПОД ОВОЩАМИ | 140 | 12,86 | 5,32 | 4,21 | 116,68 | 2,43 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,24 | 0,00 | 4,14 | 17,52 | 0,05 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 31 | 2,03 | 0,27 | 12,98 | 62,46 | 0,00 |
| Итого | | | 395 | 15,56 | 7,59 | 23,06 | 223,39 | 3,13 |
| Всего | | | | 46,35 | 40,82 | 191,60 | 1 329,77 | 42,35 |

Стоимость дня: 158 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"»

М Е Н И О
7 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Согласовано

И.О. руководителя
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город п. Придорожный
Батаева Ю.А./

| Сбор- ная рецеп- тура | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал | Вита- мины С, мг |
|--------------------------------|------------------|---|------------|-------------------|--------------|------------------|--|------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ | 190 | 5,97 | 6,50 | 23,27 | 176,10 | 0,58 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,39 | 2,86 | 9,34 | 77,63 | 0,58 |
| 2008 | | БАТОН | 26 | 2,04 | 0,26 | 12,54 | 60,79 | 0,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,02 | 4,06 | 0,04 | 36,78 | 0,00 |
| Итого | | | 401 | 11,42 | 13,68 | 45,19 | 351,30 | 1,16 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 51,70 | 11,00 |
| Итого | | | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 51,70 | 11,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 64 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,74 | 2,51 | 2,77 | 37,25 | 7,61 |
| 2008 | 77/к | СВЕКОЛЬНИК НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/9 | 4,45 | 6,61 | 19,59 | 159,93 | 9,82 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ | 190 | 7,85 | 9,15 | 28,30 | 227,29 | 14,48 |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ | 180 | 0,14 | 0,03 | 11,43 | 47,35 | 3,77 |
| 2008 | 84 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,40 | 0,34 | 38,01 | 172,70 | 0,00 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,68 | 0,36 | 17,17 | 82,60 | 0,00 |
| Итого | | | 689 | 19,26 | 19,00 | 118,27 | 727,12 | 35,68 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 384 | КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ | 220 | 4,25 | 3,66 | 19,55 | 129,09 | 0,78 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 2,24 | 2,93 | 22,26 | 124,75 | 0,00 |
| Итого | | | 250 | 6,49 | 6,59 | 41,81 | 253,84 | 0,78 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 24/ | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 33 | 0,57 | 2,69 | 2,33 | 35,91 | 0,87 |
| 2008 | 231 | РЫБА ПОД ОВОЩАМИ | 150 | 14,74 | 7,11 | 5,17 | 144,41 | 2,99 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,31 | 0,00 | 5,24 | 22,19 | 0,06 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 31 | 2,03 | 0,27 | 12,98 | 62,46 | 0,00 |
| Итого | | | 414 | 17,65 | 10,07 | 25,72 | 264,97 | 3,92 |
| Всего | | | | 55,26 | 49,78 | 241,77 | 1 648,93 | 52,54 |

Стоимость дня: 165 руб