

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

Согласовано

Руководитель  
 ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город  
 «Придорожный»  
 Пересылова О.К.

МЕНЮ  
 21 ноября 2024 г.  
 Ясли 12 часов

«Детский сад "Семцветик"»  
 Наименование блюда

Сборная рецептура	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	160	4,95	5,80	18,84	147,89	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,25	2,78	8,64	73,42	0,57
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,54	0,03	32,08	0,00
<b>Итого</b>			<b>354</b>	<b>9,82</b>	<b>12,32</b>	<b>37,33</b>	<b>300,97</b>	<b>1,09</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,87	47,34	10,07
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,87</b>	<b>47,34</b>	<b>10,07</b>
<b>Обед</b>								
2008	48к	СВЕКОЛЬНЫЕ СЛАЙСЫ	30	0,44	0,03	2,59	12,34	1,21
2008	83к	ЩИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	165/7	4,32	6,56	18,18	153,31	14,11
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	115	3,21	2,67	20,54	119,09	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	7,63	6,42	4,81	119,21	6,05
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,06	0,06	8,96	36,92	0,57
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
<b>Итого</b>			<b>577</b>	<b>20,22</b>	<b>16,26</b>	<b>97,31</b>	<b>632,67</b>	<b>21,94</b>
<b>Полдник</b>								
2012	384	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	3,39	2,91	15,54	102,70	0,62
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>4,89</b>	<b>4,87</b>	<b>30,42</b>	<b>186,10</b>	<b>0,62</b>
<b>Ужин</b>								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	140	18,09	12,05	4,93	200,90	0,27
2012	73	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	50	0,79	0,09	4,60	22,49	0,91
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,42	0,00	4,32	18,96	0,08
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>21,29</b>	<b>12,40</b>	<b>26,57</b>	<b>303,54</b>	<b>1,26</b>
<b>Всего</b>				<b>56,62</b>	<b>46,25</b>	<b>201,50</b>	<b>1 470,62</b>	<b>34,98</b>

Стоимость дня: 160 руб.

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

Согласовано

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

МЕНЮ  
 21 ноября 2024 г.  
 Сад 12 часов

«Детский сад "Семцветик"»  
 Наименование блюда

Сборная рецептура	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	190	6,38	6,78	24,27	184,32	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,57	3,03	9,63	80,99	0,62
2008		БАТОН	25	2,02	0,25	12,38	60,02	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,05	0,04	36,75	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>11,99</b>	<b>14,11</b>	<b>46,32</b>	<b>362,08</b>	<b>1,24</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,44	0,44	10,83	51,95	11,05
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>0,44</b>	<b>0,44</b>	<b>10,83</b>	<b>51,95</b>	<b>11,05</b>
<b>Обед</b>								
2008	48к	СВЕКОЛЬНЫЕ СЛАЙСЫ	50	0,73	0,05	4,30	20,51	2,01
2008	83к	ЩИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/8	5,00	7,47	20,90	175,38	16,71
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	4,83	3,73	30,90	176,67	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	9,13	6,35	5,72	130,58	7,27
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,06	0,06	11,41	46,76	0,60
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3,38	0,34	38,83	171,88	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,66	0,35	17,03	81,94	0,00
<b>Итого</b>			<b>707</b>	<b>25,79</b>	<b>18,35</b>	<b>129,89</b>	<b>863,72</b>	<b>26,59</b>
<b>Полдник</b>								
2012	384	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	220	4,23	3,64	19,77	129,70	0,78
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,26	2,95	22,38	125,46	0,00
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>6,49</b>	<b>6,59</b>	<b>42,15</b>	<b>255,16</b>	<b>0,78</b>
<b>Ужин</b>								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	160	18,06	10,35	6,32	191,00	0,31
2012	73	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	60	0,96	0,10	5,60	27,41	1,18
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,31	0,00	5,18	21,86	0,06
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>21,32</b>	<b>10,71</b>	<b>29,80</b>	<b>301,46</b>	<b>1,55</b>
<b>Всего</b>				<b>66,03</b>	<b>50,20</b>	<b>258,19</b>	<b>1 774,37</b>	<b>41,21</b>

Стоимость дня: 167 руб.