

государственное бюджетное  
 общеобразовательное учреждение  
 Самарской области  
 средняя общеобразовательная школа  
 «Образовательный центр  
 «Южный город»  
 пос. Придорожный муниципального  
 района Волжский Самарской обл.  
 структурное подразделение  
 «Детский сад "Семцвет"»

Согласовано

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

М.П. 27 ноября 2024 г.

Сайт 12 часов

Сбор- ная рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	190	5,00	4,69	17,97	135,00	0,63
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,60	2,92	10,83	84,83	0,63
2008		БАТОН	25	2,03	0,25	12,48	60,48	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,00	0,04	36,29	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>10,65</b>	<b>11,86</b>	<b>41,32</b>	<b>316,60</b>	<b>1,26</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	112	0,56	0,11	11,35	48,31	2,25
<b>Итого</b>			<b>112</b>	<b>0,56</b>	<b>0,11</b>	<b>11,35</b>	<b>48,31</b>	<b>2,25</b>
<b>Обед</b>								
2008	64	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,83	2,54	2,51	36,82	7,45
2008	77к	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	4,83	6,82	22,40	175,18	11,02
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР	195	6,49	8,12	26,10	204,48	13,21
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,06	0,06	11,72	48,07	0,62
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,55	0,26	29,32	129,80	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>675</b>	<b>16,75</b>	<b>18,06</b>	<b>104,77</b>	<b>655,54</b>	<b>32,30</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	201	5,85	5,04	8,07	106,95	1,41
2008		СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	4,10	0,44	40,63	183,03	0,00
<b>Итого</b>			<b>251</b>	<b>9,95</b>	<b>5,48</b>	<b>48,70</b>	<b>289,98</b>	<b>1,41</b>
<b>Ужин</b>								
2008		АПЕЛЬСИН	60	0,54	0,12	4,88	25,91	36,16
2008	225к	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	160	17,10	14,82	13,82	267,44	0,94
2012	439	ПОДЛИВКА СЛАДКАЯ	30	0,05	0,00	8,53	34,32	0,03
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,53	0,03	16,56	69,11	0,17
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>18,22</b>	<b>14,97</b>	<b>43,79</b>	<b>396,78</b>	<b>37,30</b>
<b>Всего</b>				<b>56,13</b>	<b>50,48</b>	<b>249,93</b>	<b>1 707,21</b>	<b>74,52</b>

Стоимость диск. 156 руб

государственное бюджетное  
 общеобразовательное учреждение  
 Самарской области  
 средняя общеобразовательная школа  
 «Образовательный центр  
 «Южный город»  
 пос. Придорожный муниципального  
 района Волжский Самарской обл.  
 структурное подразделение  
 «Детский сад "Семцвет"»

Согласовано

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

М.П. 27 ноября 2024 г.

Сайт 12 часов

Сбор- ная рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	112	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ	160	3,91	3,98	13,25	105,11	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	170	3,28	2,68	9,48	75,97	0,58
2008		БАТОН	21	1,65	0,21	10,11	49,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,40	0,03	30,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>8,86</b>	<b>10,27</b>	<b>32,87</b>	<b>260,88</b>	<b>1,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	112	0,56	0,11	11,35	48,31	2,25
<b>Итого</b>			<b>112</b>	<b>0,56</b>	<b>0,11</b>	<b>11,35</b>	<b>48,31</b>	<b>2,25</b>
<b>Обед</b>								
2008	64	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,50	1,74	1,51	23,99	4,44
2008	77к	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/8	4,08	5,31	18,98	143,86	9,39
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР	175	5,63	6,39	23,27	173,88	11,80
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	155	0,08	0,08	9,81	40,72	0,78
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,71	0,17	19,67	87,08	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
<b>Итого</b>			<b>578</b>	<b>13,99</b>	<b>13,95</b>	<b>85,96</b>	<b>530,72</b>	<b>26,41</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	171	4,98	4,29	6,87	91,04	1,20
2008		СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	30	2,47	0,26	24,54	110,42	0,00
<b>Итого</b>			<b>201</b>	<b>7,45</b>	<b>4,55</b>	<b>31,41</b>	<b>201,46</b>	<b>1,20</b>
<b>Ужин</b>								
2008		АПЕЛЬСИН	50	0,45	0,10	4,05	21,50	30,00
2008	225к	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	140	13,09	11,33	11,80	208,80	0,76
2012	439	ПОДЛИВКА СЛАДКАЯ	30	0,05	0,00	7,91	31,83	0,02
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,50	0,03	15,20	63,48	0,16
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>14,09</b>	<b>11,46</b>	<b>38,96</b>	<b>325,61</b>	<b>30,94</b>
<b>Всего</b>				<b>44,95</b>	<b>40,34</b>	<b>200,55</b>	<b>1 366,98</b>	<b>61,90</b>

Стоимость диск. 149 руб