

государственное бюджетное
образовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
гос. Придорожный муниципальный
района Волжский Самарской области
структурное подразделение
«Детский сад "Солнышко"»

Согласовано

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

МЕНЮ
28 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ная рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мины С, мг
				Белок, г	Жир, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184к	КАША МОЛОЧНАЯ 2 ЗЛАКА	190	5,84	6,14	23,38	172,90	0,83
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,56	3,03	10,13	82,91	0,63
2008		БАТОН	26	2,05	0,26	12,59	61,01	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,09	0,04	37,12	0,00
Итого			401	11,47	13,52	46,14	353,94	1,26
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,44	0,44	10,79	51,74	11,01
Итого			110	0,44	0,44	10,79	51,74	11,01
Обед								
2012	65г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,64	2,80	3,41	42,04	1,02
2008	83к	ЩИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/8	4,28	7,02	20,58	167,12	16,94
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,83	4,54	30,87	183,79	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	70	7,79	5,56	1,83	97,99	6,56
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,53	0,03	16,36	68,25	0,17
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,51	0,35	40,29	178,38	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,02	0,27	12,91	62,10	0,00
Итого			689	23,60	20,57	126,25	799,67	24,69
Полдник								
2012	384	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	220	4,25	3,66	20,11	131,36	0,78
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,26	2,95	22,38	125,41	0,00
Итого			250	6,51	6,61	42,49	256,77	0,78
Ужин								
2012	33	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,58	1,59	3,40	30,19	1,60
2008	247	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО- ПОЛЬСКИ	180	20,89	11,26	9,19	221,86	0,34
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,27	0,00	5,58	23,39	0,06
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,02	0,27	12,91	62,10	0,00
Итого			450	23,76	13,12	31,08	337,54	2,00
Всего			65,78	64,26	256,76	1 799,66	39,74	

Стоимость дня: 170 руб.

государственное бюджетное
образовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
гос. Придорожный муниципальный
района Волжский Самарской области
структурное подразделение
«Детский сад "Семцветик"»

Согласовано

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

МЕНЮ
28 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ная рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мины С, мг
				Белок, г	Жир, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184к	КАША МОЛОЧНАЯ 2 ЗЛАКА	170	4,80	6,08	18,01	146,75	0,58
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,25	2,77	9,20	75,52	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
Итого			355	9,72	12,46	37,35	302,07	1,16
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								
2012	65г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,39	2,87	2,08	36,15	0,62
2008	83к	ЩИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/8	3,58	6,33	18,20	148,48	14,75
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,28	3,69	20,94	130,17	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	50	6,77	4,59	1,54	82,72	5,73
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,50	0,03	14,06	58,92	0,16
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,62	0,26	30,08	133,17	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,36	0,18	8,73	41,99	0,00
Итого			560	18,50	17,95	95,63	631,60	21,26
Полдник								
2012	384	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	3,41	2,92	15,86	104,12	0,63
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			200	4,91	4,88	30,74	187,52	0,63
Ужин								
2012	33	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,43	0,59	2,53	17,14	1,19
2008	247	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО- ПОЛЬСКИ	170	19,52	10,02	8,13	201,08	0,31
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,35	0,00	4,74	20,32	0,07
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,36	0,18	8,73	41,99	0,00
Итого			401	21,66	10,79	24,13	280,53	1,57
Всего			55,19	46,48	197,65	1 448,72	34,62	

Стоимость дня: 163 руб.