

Государственное бюджетное
образовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа

«Образовательный центр
«Южный город»

пос. Придорожный муниципальное
района Волжский Самарской области
структурное подразделение
«Ступенька рад "Самиздетки"»

М Е Н Ю
3 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Согласовано

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

| Сбор- ная рецеп- тура | № рецеп- туры | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал | Вита- мин С, мг |
|--------------------------------|------------------|--|--------------|-------------------|---------------|------------------|--|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ | 160 | 4,24 | 4,72 | 16,24 | 125,04 | 0,52 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 160 | 3,27 | 2,79 | 8,44 | 72,73 | 0,58 |
| 2008 | | БАТОН | 21 | 1,65 | 0,21 | 10,15 | 49,19 | 0,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 4 | 0,02 | 3,30 | 0,03 | 29,92 | 0,00 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 8 | 1,97 | 2,51 | 0,00 | 30,91 | 0,06 |
| Итого | | | 353 | 11,15 | 13,53 | 34,86 | 307,79 | 1,16 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 105 | 0,42 | 0,42 | 10,32 | 49,51 | 10,53 |
| Итого | | | 105 | 0,42 | 0,42 | 10,32 | 49,51 | 10,53 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 48/к | СВЕКОЛЬНЫЕ СЛАЙСЫ | 30 | 0,44 | 0,03 | 2,55 | 12,17 | 1,20 |
| 2008 | 101 | СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 160/7 | 7,64 | 9,37 | 14,01 | 174,40 | 6,77 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР | 180 | 6,35 | 7,48 | 23,37 | 187,04 | 11,84 |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ | 150 | 0,13 | 0,03 | 8,84 | 36,80 | 3,36 |
| 2008 | 84 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 31 | 2,63 | 0,26 | 30,16 | 133,52 | 0,00 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 31 | 2,03 | 0,27 | 13,00 | 62,55 | 0,00 |
| Итого | | | 589 | 19,22 | 17,44 | 91,93 | 606,48 | 23,17 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | 5,08 | 4,38 | 8,41 | 94,63 | 0,94 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,50 | 1,96 | 14,88 | 83,40 | 0,00 |
| Итого | | | 200 | 6,58 | 6,34 | 23,29 | 178,03 | 0,94 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 40 | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ | 40 | 0,78 | 1,40 | 2,86 | 28,03 | 9,29 |
| 2008 | 247 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО- ПОЛЬСКИ | 160 | 19,00 | 9,86 | 7,19 | 193,85 | 0,30 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,20 | 0,00 | 4,31 | 18,05 | 0,04 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 21 | 1,37 | 0,18 | 8,76 | 42,15 | 0,00 |
| Итого | | | 401 | 21,35 | 11,44 | 23,12 | 282,08 | 9,63 |
| Всего | | | 58,72 | 49,17 | 183,52 | 1 423,89 | 45,43 | |

Стоимость дня: 176 руб

Государственное бюджетное
образовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа

«Образовательный центр
«Южный город»

пос. Придорожный муниципаль-
района Волжский Самарской области
структурное подразделение
«Ступенька рад "Самиздетки"»

М Е Н Ю
3 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Согласовано

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

| Сбор- ная рецеп- тура | № рецеп- туры | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал | Вита- мин С, мг |
|--------------------------------|------------------|--|--------------|-------------------|---------------|------------------|--|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ | 180 | 5,73 | 5,78 | 21,84 | 163,07 | 0,68 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,88 | 3,30 | 10,12 | 86,67 | 0,68 |
| 2008 | | БАТОН | 26 | 2,07 | 0,26 | 12,72 | 61,67 | 0,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,02 | 4,05 | 0,04 | 36,68 | 0,00 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 12 | 2,89 | 3,68 | 0,00 | 45,39 | 0,09 |
| Итого | | | 403 | 14,59 | 17,07 | 44,72 | 393,48 | 1,45 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,80 | 51,79 | 11,02 |
| Итого | | | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,80 | 51,79 | 11,02 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 48/к | СВЕКОЛЬНЫЕ СЛАЙСЫ | 50 | 0,73 | 0,05 | 4,25 | 20,27 | 1,99 |
| 2008 | 101 | СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/8 | 8,53 | 10,66 | 19,11 | 210,72 | 9,27 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР | 200 | 7,42 | 8,56 | 26,40 | 213,17 | 13,40 |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ | 180 | 0,14 | 0,03 | 11,10 | 46,05 | 3,80 |
| 2008 | 84 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 41 | 3,51 | 0,35 | 40,38 | 178,76 | 0,00 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 41 | 2,70 | 0,36 | 17,28 | 83,15 | 0,00 |
| Итого | | | 700 | 23,03 | 20,01 | 118,52 | 752,12 | 28,46 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 220 | 6,21 | 5,35 | 10,27 | 115,57 | 1,15 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 2,27 | 2,97 | 22,53 | 126,30 | 0,00 |
| Итого | | | 250 | 8,48 | 8,32 | 32,80 | 241,87 | 1,15 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 40 | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ | 50 | 0,96 | 1,88 | 3,55 | 35,92 | 11,51 |
| 2008 | 247 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО- ПОЛЬСКИ | 180 | 20,10 | 10,38 | 8,12 | 206,56 | 0,33 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,26 | 0,00 | 5,02 | 21,15 | 0,06 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 21 | 1,37 | 0,18 | 8,76 | 42,15 | 0,00 |
| Итого | | | 451 | 22,69 | 12,44 | 25,45 | 305,78 | 11,90 |
| Всего | | | 69,23 | 58,28 | 232,29 | 1 745,04 | 53,96 | |

Стоимость дня: 183 руб