

Муниципальное бюджетное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
пос. Придорожный муниципального района Волжский Самарской области

Согласовано
Руководитель
ГБОУ СОШ "Южный город" Придорожный
Пересыпина О.К.

МЕНЮ
6 декабря 2024 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белок, г	Жир, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	4,33	5,25	18,18	137,30	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	170	3,25	2,67	9,21	74,65	0,57
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,44	0,00	31,17	0,00
Итого			354	9,20	11,56	37,24	290,72	1,09
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	114	0,57	0,11	11,53	49,09	2,28
Итого			114	0,57	0,11	11,53	49,09	2,28
Обед								
2012	65/	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,40	2,46	2,10	32,45	0,63
2008	90	СУП "МОЗАИКА" НА МКБ СО СМЕТАНОЙ	160/7	4,38	7,35	16,84	154,59	8,33
2008	309к	ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ	180	7,28	8,58	13,57	161,43	17,14
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,16	0,04	9,50	39,88	4,40
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,64	0,27	30,32	134,24	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,04	0,27	13,07	62,89	0,00
Итого			589	16,88	18,97	85,40	585,48	30,50
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	185	4,69	4,00	11,57	102,27	0,83
2008		БАТОН	15	1,20	0,15	7,37	35,70	0,00
Итого			200	5,89	4,15	18,94	137,97	0,83
Ужин								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" С ЯБЛОКОМ	80	0,98	1,83	7,71	51,85	5,01
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	140	13,71	9,32	45,58	324,56	0,19
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,50	0,03	13,01	54,74	0,16
Итого			400	15,19	11,18	66,30	431,15	5,36
Всего				47,73	45,97	219,41	1 494,41	40,06

Стоимость дня: 148 руб

Медведева Елена

Осипова Д.В.

Муниципальное бюджетное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
пос. Придорожный муниципального района Волжский Самарской области

Согласовано
Руководитель
ГБОУ СОШ "Южный город" Придорожный
Пересыпина О.К.

МЕНЮ
6 декабря 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белок, г	Жир, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	5,27	5,26	23,61	162,80	0,57
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,57	2,91	10,48	83,20	0,62
2008		БАТОН	25	2,03	0,25	12,46	60,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,10	0,04	37,21	0,00
Итого			400	10,89	12,52	46,59	343,61	1,19
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	114	0,57	0,11	11,53	49,09	2,28
Итого			114	0,57	0,11	11,53	49,09	2,28
Обед								
2012	65/	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,65	2,53	3,43	39,77	1,03
2008	90	СУП "МОЗАИКА" НА МКБ СО СМЕТАНОЙ	180/9	4,93	8,24	19,62	176,60	9,64
2008	309к	ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ	200	8,35	9,37	16,45	184,89	20,87
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,16	0,04	11,17	46,62	4,56
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,50	0,35	40,18	177,87	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,70	0,36	17,32	83,33	0,00
Итого			701	20,29	20,89	108,17	709,08	36,10
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	230	4,72	4,02	11,92	103,88	0,83
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
Итого			250	6,32	4,22	21,74	151,58	0,83
Ужин								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" С ЯБЛОКОМ	90	1,13	2,98	8,59	66,34	5,44
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	160	16,48	10,91	53,67	383,72	0,25
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,60	0,04	15,60	65,62	0,19
Итого			450	18,21	13,93	77,86	515,68	5,88
Всего				56,28	51,67	265,89	1 769,04	46,28

Стоимость дня: 153 руб

Медведева Елена

Осипова Д.В.