

государственная бюджетная
 общеобразовательная организация
 Самарской области
 среднего общеобразовательного уровня
 «Образовательный центр
 «Южный город»
 пос. Пригородный муниципального района
 Выбарский Самарской области

Согласовано
 Руководитель
 ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город п. Пригородный
 Перемыкина О.К.

МЕНЮ
 11 декабря 2024 г.
 Сад 12 часов

Сбор- ная рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерго- тепловая ценность, ккал	Вита- мины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	4,93	5,24	18,83	142,52	0,82
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	170	3,27	2,67	9,59	76,20	0,57
2008		БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,00	0,03	27,20	0,00
Итого			354	9,82	11,11	38,27	293,52	1,19
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	109	0,55	0,11	11,02	46,91	2,18
Итого			109	0,55	0,11	11,02	46,91	2,18
Обед								
2008	64	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,52	1,80	1,52	24,54	4,57
2008	77к	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/8	4,29	6,16	18,79	151,80	9,32
2008	59	КУЛЕБЯКА С КУРОЙ	135	12,69	11,81	39,04	313,26	0,70
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,46	0,03	13,29	55,63	0,14
2008	64	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,26	0,23	25,93	114,78	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,69	0,22	10,79	51,92	0,00
Итого			534	21,91	20,25	109,36	711,93	14,73
Полдник								
2008	435	КЕФИР	162	4,69	4,05	6,47	85,76	1,13
2008		СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	30	2,54	0,27	25,28	113,77	0,00
Итого			192	7,23	4,32	31,75	199,53	1,13
Ужин								
2008	к/к	САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ	60	1,04	2,81	6,77	56,78	3,25
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	9,59	11,66	3,70	158,52	0,36
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫМ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	7,72	30,88	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			400	12,62	14,73	30,91	307,37	3,61
Всего				52,13	50,52	221,31	1 559,26	22,84

Медицинская сестра _____ Осипенко Д.В.

Стоимость дня: 140 руб

государственная бюджетная
 общеобразовательная организация
 Самарской области
 среднего общеобразовательного уровня
 «Образовательный центр
 «Южный город»
 пос. Пригородный муниципального района
 Выбарский Самарской области

Согласовано
 Руководитель
 ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город
 п. Пригородный
 Перемыкина О.К.

МЕНЮ
 11 декабря 2024 г.
 Сад 12 часов

Сбор- ная рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерго- тепловая ценность, ккал	Вита- мины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	5,80	5,76	24,45	173,08	0,68
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,59	2,91	10,78	84,47	0,62
2008		БАТОН	25	2,02	0,25	12,41	60,18	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,14	0,04	37,55	0,00
Итого			400	11,44	13,06	47,68	355,28	1,30
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	109	0,55	0,11	11,02	46,91	2,18
Итого			109	0,55	0,11	11,02	46,91	2,18
Обед								
2008	64	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,85	2,52	2,54	36,82	7,60
2008	77к	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/10	5,05	6,95	22,29	176,75	11,02
2008	59	КУЛЕБЯКА С КУРОЙ	155	16,76	13,76	58,80	426,00	0,83
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,64	0,04	17,45	73,24	0,20
2008	64	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,69	0,27	30,94	136,94	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			636	27,98	23,80	144,74	910,94	19,65
Полдник								
2008	435	КЕФИР	190	5,52	4,76	7,02	100,91	1,33
2008		СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	4,26	0,46	42,45	191,03	0,00
Итого			240	9,78	5,22	50,07	291,94	1,33
Ужин								
2008	к/к	САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ	70	1,22	2,66	7,97	60,93	3,79
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	9,67	12,53	4,16	168,69	0,42
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫМ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	0,00	0,00	9,83	39,31	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			450	13,54	15,54	38,92	350,51	4,21
Всего				63,29	57,73	292,43	1 955,58	26,67

Медицинская сестра _____ Осипенко Д.В.

Стоимость дня: 147 руб