

государственное бюджетное  
образовательное учреждение  
Самарской области  
средняя общеобразовательная школа  
«Образовательный центр  
«Южный город»  
г. Самары, Предгорный муниципальный район  
района Волжский Самарской области  
структурное подразделение  
«Детский сад "Семинцветик"»

Согласовано  
ГБОУ СОШ "ОЦ Южный город в Предгорный  
Пересылина О.К.  
Руководитель  
ГБОУ СОШ "ОЦ Южный город в Предгорный  
Пересылина О.К.

МЕНЮ  
13 декабря 2024 г.  
Сад 12 часов

Сборная рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Высшая С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	190	5,18	5,60	23,39	165,46	0,62
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,61	2,91	10,83	84,75	0,62
2008		БАТОН	20	2,05	0,26	12,56	60,86	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,89	0,04	35,26	0,00
Итого			401	10,86	12,66	46,82	346,33	1,24
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	111	0,56	0,11	11,25	47,91	2,23
Итого			111	0,56	0,11	11,25	47,91	2,23
<b>Обед</b>								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,98	2,24	3,72	39,82	11,54
2008	99к	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯС	190	8,02	5,94	26,30	191,48	9,02
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	200	8,52	9,28	28,09	230,77	14,26
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,07	0,07	11,85	48,72	0,72
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,49	0,35	40,14	177,68	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,70	0,36	17,30	83,24	0,00
Итого			702	23,78	18,24	127,40	771,71	35,54
<b>Полдник</b>								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	230	4,83	4,09	12,17	106,13	0,84
2008		БАТОН	21	1,66	0,21	10,17	49,30	0,00
Итого			251	6,49	4,30	22,34	155,43	0,84
<b>Ужин</b>								
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	90	1,13	0,09	6,00	30,43	1,79
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	18,38	12,79	24,20	296,44	0,19
2012	439	ПОДЛИВКА СЛАДКАЯ	30	0,06	0,00	9,23	37,17	0,03
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,69	0,04	16,86	71,09	0,22
Итого			450	20,26	12,92	66,29	435,13	2,23
Всего				61,95	48,23	264,10	1 756,51	42,08

Медицинская сестра  Осипенко Д.В.

Стоимость дин. 163 руб

государственное бюджетное  
образовательное учреждение  
Самарской области  
средняя общеобразовательная школа  
«Образовательный центр  
«Южный город»  
г. Самары, Предгорный муниципальный район  
района Волжский Самарской области  
структурное подразделение  
«Детский сад "Семинцветик"»

Согласовано  
ГБОУ СОШ "ОЦ Южный город в Предгорный  
Пересылина О.К.  
Руководитель  
ГБОУ СОШ "ОЦ Южный город в Предгорный  
Пересылина О.К.

МЕНЮ  
13 декабря 2024 г.  
Ясли 12 часов

Сборная рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Высшая С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	170	4,54	5,42	17,34	137,14	0,62
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	3,24	2,67	9,32	74,98	0,57
2008		БАТОН	21	1,66	0,21	10,17	49,30	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,54	0,03	32,06	0,00
Итого			355	9,46	11,84	36,86	293,48	1,19
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	111	0,56	0,11	11,25	47,91	2,23
Итого			111	0,56	0,11	11,25	47,91	2,23
<b>Обед</b>								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,60	1,47	2,25	25,03	8,93
2008	99к	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ НА МЯС	170	6,66	5,87	21,74	166,82	7,77
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	180	7,60	8,71	25,21	210,22	12,74
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,07	0,07	9,92	40,99	0,68
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,63	0,26	30,21	133,72	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,03	0,27	13,02	62,64	0,00
Итого			592	19,59	16,65	102,35	639,42	28,12
<b>Полдник</b>								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,82	3,26	9,57	83,89	0,68
2008		БАТОН	21	1,66	0,21	10,17	49,30	0,00
Итого			201	5,48	3,47	19,74	133,19	0,68
<b>Ужин</b>								
2012	41	МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	80	1,01	0,08	5,35	27,16	1,60
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	14,52	11,33	20,12	248,57	0,14
2012	439	ПОДЛИВКА СЛАДКАЯ	20	0,03	0,00	5,49	22,08	0,02
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,54	0,03	13,59	57,28	0,17
Итого			400	16,10	11,44	44,55	355,09	1,93
Всего				51,19	43,51	214,75	1 469,09	34,15

Медицинская сестра  Осипенко Д.В.

Стоимость дин. 156 руб