

Государственное бюджетное  
образовательное учреждение  
Самарской области  
средняя общеобразовательная школа  
«Образовательный центр  
«Южный город»  
наст. Пригородная муниципальность  
школа Волжский Самарской области  
структурное подразделение

Согласовано

Руководитель  
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город в Пригородной  
Пересыпина О.К.

МЕНЮ  
20 декабря 2024 г.  
Сад 12 часов

| Сбор-<br>ная<br>рецеп-<br>тур | № табл.<br>карты | с/зд "СВМНИЦОТРИК"<br>Нелиновское Слобода                    | Выход        | Химический состав |               |                     | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мины С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|--|--------------|-------------------|---------------|---------------------|--|------------------------|
|                               |                  |  |              | Белок, г          | Жир, г        | Угле-<br>воды,<br>г |  |                        |
| <b>Завтрак</b>                |                  |  |              |                   |               |                     |  |                        |
| 2008                          | 112              | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ<br>МОЛОЧНЫЙ                                 | 190          | 4,90              | 4,63          | 16,88               | 129,57                                   | 0,62                   |
| 2012                          | 395              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА<br>МОЛОКЕ                                | 180          | 3,57              | 2,89          | 10,56               | 83,31                                    | 0,62                   |
| 2008                          |                  | БАТОН  | 25           | 1,99              | 0,25          | 12,19               | 59,10                                    | 0,00                   |
| 2008                          | 13               | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)   | 5            | 0,02              | 4,05          | 0,04                | 36,70                                    | 0,00                   |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>400</b>   | <b>10,48</b>      | <b>11,82</b>  | <b>39,67</b>        | <b>308,68</b>                            | <b>1,24</b>            |
| <b>II Завтрак</b>             |                  |  |              |                   |               |                     |  |                        |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ  | 109          | 0,55              | 0,11          | 11,05               | 47,05                                    | 2,19                   |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>109</b>   | <b>0,55</b>       | <b>0,11</b>   | <b>11,05</b>        | <b>47,05</b>                             | <b>2,19</b>            |
| <b>Обед</b>                   |                  |  |              |                   |               |                     |  |                        |
| 2008                          | 41               | САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ЗЕЛЕНЬМ<br>ГОРОШКОМ                          | 50           | 0,81              | 2,76          | 4,25                | 45,36                                    | 2,17                   |
| 2012                          | 81/              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯКЕ С<br>ФАСОЛЬЮ И ЯЙЦОМ СО<br>СМЕТАНОЙ | 180/10/40    | 10,99             | 11,94         | 23,30               | 250,10                                   | 9,80                   |
| 2008                          | 309/4            | ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ   | 200          | 6,92              | 8,08          | 15,20               | 162,74                                   | 21,05                  |
| 2008                          | 399              | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ   | 180          | 0,13              | 0,03          | 9,83                | 40,75                                    | 3,42                   |
| 2008                          | 84               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 41           | 3,52              | 0,35          | 40,45               | 179,05                                   | 0,00                   |
| 2008                          | 85               | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 41           | 2,72              | 0,36          | 17,43               | 83,88                                    | 0,00                   |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>742</b>   | <b>25,09</b>      | <b>23,52</b>  | <b>110,46</b>       | <b>761,88</b>                            | <b>36,44</b>           |
| <b>Полдник</b>                |                  |  |              |                   |               |                     |  |                        |
| 2012                          | 397              | КАКАО С МОЛОКОМ  | 230          | 5,36              | 4,54          | 12,82               | 114,96                                   | 0,93                   |
| 2008                          |                  | БАТОН  | 20           | 1,60              | 0,20          | 9,82                | 47,60                                    | 0,00                   |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>250</b>   | <b>6,96</b>       | <b>4,74</b>   | <b>22,64</b>        | <b>162,56</b>                            | <b>0,93</b>            |
| <b>Ужин</b>                   |                  |  |              |                   |               |                     |  |                        |
| 2008                          | 50               | САЛАТ "СВЕКОЛКА" С ЯБЛОКОМ                                   | 90           | 1,14              | 2,90          | 6,61                | 65,74                                    | 5,44                   |
| 2008                          | 453              | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ  | 165          | 16,57             | 11,36         | 54,80               | 392,60                                   | 0,24                   |
| 2008                          | 401              | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ   | 200          | 0,54              | 0,03          | 15,71               | 65,70                                    | 0,17                   |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>455</b>   | <b>18,25</b>      | <b>14,29</b>  | <b>79,12</b>        | <b>524,04</b>                            | <b>5,85</b>            |
| <b>Всего</b>                  |                  |  | <b>61,33</b> | <b>54,48</b>      | <b>262,94</b> | <b>1 804,21</b>     | <b>46,65</b>                             |                        |

Медицинская сестра

Овсянко Д.В.

Стоимость дня: 155 руб

Государственное бюджетное  
образовательное учреждение  
Самарской области  
средняя общеобразовательная школа  
«Образовательный центр  
«Южный город»  
наст. Пригородная муниципальность  
школа Волжский Самарской области  
структурное подразделение

Согласовано

Руководитель  
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город в Пригородной  
Пересыпина О.К.

МЕНЮ  
20 декабря 2024 г.  
Яства 12 часов

| Сбор-<br>ная<br>рецеп-<br>тур | № табл.<br>карты | с/зд "СВМНИЦОТРИК"<br>Нелиновское Слобода                    | Выход      | Химический состав |              |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мины С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|--|------------|-------------------|--------------|------------------|--|------------------------|
|                               |                  |  |            | Белок, г          | Жир, г       | Угле-<br>воды, г |  |                        |
| <b>Завтрак</b>                |                  |  |            |                   |              |                  |  |                        |
| 2008                          | 112              | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ<br>МОЛОЧНЫЙ                                 | 190        | 4,05              | 4,61         | 13,18            | 111,13                                   | 0,56                   |
| 2012                          | 395              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА<br>МОЛОКЕ                                | 170        | 3,20              | 2,61         | 9,34             | 74,43                                    | 0,56                   |
| 2008                          |                  | БАТОН  | 20         | 1,60              | 0,20         | 9,82             | 47,60                                    | 0,00                   |
| 2008                          | 13               | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)   | 4          | 0,02              | 3,40         | 0,03             | 30,80                                    | 0,00                   |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>354</b> | <b>8,87</b>       | <b>10,82</b> | <b>32,37</b>     | <b>263,96</b>                            | <b>1,12</b>            |
| <b>II Завтрак</b>             |                  |  |            |                   |              |                  |  |                        |
| 2008                          | 442              | СОК ФРУКТОВЫЙ  | 109        | 0,55              | 0,11         | 11,05            | 47,05                                    | 2,19                   |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>109</b> | <b>0,55</b>       | <b>0,11</b>  | <b>11,05</b>     | <b>47,05</b>                             | <b>2,19</b>            |
| <b>Обед</b>                   |                  |  |            |                   |              |                  |  |                        |
| 2008                          | 41               | САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ЗЕЛЕНЬМ<br>ГОРОШКОМ                          | 30         | 0,53              | 1,78         | 2,65             | 28,94                                    | 1,36                   |
| 2012                          | 81/              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯКЕ С<br>ФАСОЛЬЮ И ЯЙЦОМ СО<br>СМЕТАНОЙ | 160/В40    | 10,22             | 10,87        | 20,15            | 223,80                                   | 8,51                   |
| 2008                          | 309/4            | ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ   | 180        | 6,23              | 6,39         | 14,08            | 139,93                                   | 18,85                  |
| 2008                          | 399              | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ   | 150        | 0,10              | 0,02         | 8,28             | 34,26                                    | 2,68                   |
| 2008                          | 84               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ   | 31         | 2,62              | 0,26         | 30,08            | 133,17                                   | 0,00                   |
| 2008                          | 85               | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 31         | 2,02              | 0,27         | 12,97            | 62,39                                    | 0,00                   |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>630</b> | <b>21,72</b>      | <b>19,59</b> | <b>88,21</b>     | <b>622,49</b>                            | <b>31,40</b>           |
| <b>Полдник</b>                |                  |  |            |                   |              |                  |  |                        |
| 2012                          | 397              | КАКАО С МОЛОКОМ  | 185        | 4,55              | 3,82         | 10,43            | 95,64                                    | 0,76                   |
| 2008                          |                  | БАТОН  | 15         | 1,22              | 0,15         | 7,51             | 36,39                                    | 0,00                   |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>200</b> | <b>5,77</b>       | <b>3,97</b>  | <b>17,94</b>     | <b>132,03</b>                            | <b>0,76</b>            |
| <b>Ужин</b>                   |                  |  |            |                   |              |                  |  |                        |
| 2008                          | 50               | САЛАТ "СВЕКОЛКА" С ЯБЛОКОМ                                   | 90         | 1,00              | 1,93         | 7,81             | 53,24                                    | 5,10                   |
| 2008                          | 453              | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ  | 145        | 13,74             | 8,66         | 47,09            | 324,83                                   | 0,19                   |
| 2008                          | 401              | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ   | 180        | 0,42              | 0,02         | 12,61            | 52,86                                    | 0,13                   |
| <b>Итого</b>                  |                  |  | <b>405</b> | <b>15,16</b>      | <b>10,61</b> | <b>67,51</b>     | <b>430,73</b>                            | <b>5,42</b>            |
| <b>Всего</b>                  |                  |  |            | <b>52,07</b>      | <b>45,10</b> | <b>217,08</b>    | <b>1 496,26</b>                          | <b>40,89</b>           |

Медицинская сестра

Овсянко Д.В.

Стоимость дня: 148 руб