

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение Самарской области «Образовательный центр «Южный город»»  
 адрес: Пригородный муниципальный район Самарской области, пос. Пригородный, ул. Мухоморова, д. 10  
 «Южный город»

Согласовано

Руководитель  
 ГБОУ СОШ "ЮГ" Южный город в Пригородный  
 Пересылкина О.К.

МЕНЮ  
 21 января 2025 г.  
 Сад 12 часов

Сборная рецептура	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	104	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	5,87	5,59	23,64	169,06	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,67	3,08	9,59	81,80	0,62
2008		БАТОН	26	2,06	0,26	12,66	61,36	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,11	0,04	37,24	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,72	3,45	0,00	42,60	0,08
<b>Итого</b>			<b>403</b>	<b>14,34</b>	<b>16,49</b>	<b>45,93</b>	<b>392,06</b>	<b>1,32</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,44	0,44	10,83	51,96	11,05
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>0,44</b>	<b>0,44</b>	<b>10,83</b>	<b>51,96</b>	<b>11,05</b>
<b>Обед</b>								
2012	65	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,63	2,71	3,36	40,95	1,00
2008	101	СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	5,96	10,45	2,54	132,65	0,91
2008	260к	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	200	7,24	8,56	10,67	151,10	30,63
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,55	38,21	0,00
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,59	0,26	29,71	131,53	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,27	12,81	61,62	0,00
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>18,42</b>	<b>22,25</b>	<b>68,64</b>	<b>556,06</b>	<b>32,54</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	220	6,19	5,34	10,24	115,19	1,14
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,23	2,92	22,16	124,22	0,00
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>8,42</b>	<b>8,26</b>	<b>32,40</b>	<b>239,41</b>	<b>1,14</b>
<b>Ужин</b>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ	80	1,17	2,84	5,24	51,76	4,79
2008	59	РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	160	17,31	8,30	58,56	378,15	0,65
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,31	0,00	5,02	21,31	0,06
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>18,79</b>	<b>11,14</b>	<b>68,82</b>	<b>451,22</b>	<b>5,50</b>
<b>Всего</b>			<b>60,41</b>	<b>58,58</b>	<b>226,62</b>	<b>1 690,71</b>	<b>51,55</b>	

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Осменко Д.В.

Стоимость дня: 155 руб

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение Самарской области «Образовательный центр «Южный город»»  
 адрес: Пригородный муниципальный район Самарской области, пос. Пригородный, ул. Мухоморова, д. 10  
 «Южный город»

Согласовано

Руководитель  
 ГБОУ СОШ "ЮГ" Южный город в Пригородный  
 Пересылкина О.К.

МЕНЮ  
 21 января 2025 г.  
 Если 12 часов

Сборная рецептура	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	160	4,64	4,51	18,26	132,84	0,52
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,95	2,52	8,13	67,69	0,52
2008		БАТОН	21	1,65	0,21	10,11	49,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,40	0,03	30,80	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,86	2,37	0,00	29,23	0,06
<b>Итого</b>			<b>353</b>	<b>11,12</b>	<b>13,01</b>	<b>36,53</b>	<b>309,56</b>	<b>1,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	105	0,42	0,42	10,38	49,76	10,59
<b>Итого</b>			<b>105</b>	<b>0,42</b>	<b>0,42</b>	<b>10,38</b>	<b>49,76</b>	<b>10,59</b>
<b>Обед</b>								
2012	65	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,38	1,74	2,02	25,61	0,60
2008	101	СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/8	6,21	9,82	2,52	127,04	0,91
2008	260к	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	180	6,27	6,09	9,29	119,05	27,40
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,40	29,59	0,00
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,71	0,17	19,67	87,08	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
<b>Итого</b>			<b>568</b>	<b>15,89</b>	<b>18,00</b>	<b>49,38</b>	<b>429,16</b>	<b>28,91</b>
<b>Полдник</b>								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,56</b>	<b>6,33</b>	<b>23,26</b>	<b>177,68</b>	<b>0,94</b>
<b>Ужин</b>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ	80	0,91	2,43	4,09	42,24	3,65
2008	59	РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ	140	14,66	6,44	49,39	315,05	0,53
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,24	0,00	3,91	16,63	0,05
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>16,01</b>	<b>8,87</b>	<b>57,39</b>	<b>373,92</b>	<b>4,23</b>
<b>Всего</b>			<b>50,00</b>	<b>46,63</b>	<b>176,94</b>	<b>1 340,08</b>	<b>45,77</b>	

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Осменко Д.В.

Стоимость дня: 150 руб