

Согласовано  
 Руководитель  
 ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город п. Предгорный  
 Пересылана О.К.  
**МЕНЮ**  
 23 января 2025 г.  
 Ясли 12 часов

Сборная рецептура	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Диетический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184/х	КАША МОЛОЧНАЯ 2 ЗЛАКА	160	4,64	5,31	16,95	134,85	0,57
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,46	2,90	8,34	74,25	0,57
2008		БАТОН	21	1,68	0,21	10,34	50,11	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,47	0,03	31,49	0,00
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>9,80</b>	<b>11,89</b>	<b>35,66</b>	<b>290,70</b>	<b>1,14</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,85	47,25	10,05
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,85</b>	<b>47,25</b>	<b>10,05</b>
<b>Обед</b>								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	30	0,59	2,16	2,07	30,78	7,39
2008	94/к	СУП ПЕРЛОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	170/8	4,82	7,07	20,58	169,43	8,59
2012	168	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	9,54	3,19	10,92	146,56	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	50	6,35	4,67	1,57	81,33	5,40
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,13	28,52	0,00
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,61	0,26	30,02	132,90	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
<b>Итого</b>			<b>569</b>	<b>25,23</b>	<b>17,53</b>	<b>69,77</b>	<b>630,31</b>	<b>21,38</b>
<b>Полдник</b>								
2012	384	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	3,39	2,91	14,34	97,88	0,62
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>4,89</b>	<b>4,87</b>	<b>29,22</b>	<b>181,28</b>	<b>0,62</b>
<b>Ужин</b>								
2008	24/	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	39	0,69	3,24	2,80	43,29	1,05
2008	247	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	160	19,69	11,21	6,82	207,09	0,30
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,32	0,00	4,23	18,17	0,06
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
<b>Итого</b>			<b>399</b>	<b>22,02</b>	<b>14,63</b>	<b>22,33</b>	<b>309,34</b>	<b>1,41</b>
<b>Всего</b>				<b>62,34</b>	<b>49,32</b>	<b>186,83</b>	<b>1 458,88</b>	<b>34,60</b>

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

Стоимость дис. 160 руб

Согласовано  
 Руководитель  
 ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город п. Предгорный  
 Пересылана О.К.  
**МЕНЮ**  
 23 января 2025 г.  
 Сад 12 часов

Сборная рецептура	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Диетический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	184/х	КАША МОЛОЧНАЯ 2 ЗЛАКА	190	5,65	5,96	21,96	164,88	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,67	3,09	9,49	81,40	0,62
2008		БАТОН	26	2,08	0,26	12,79	62,01	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,94	0,04	35,69	0,00
<b>Итого</b>			<b>401</b>	<b>11,42</b>	<b>13,28</b>	<b>44,28</b>	<b>343,98</b>	<b>1,24</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,44	0,44	10,83	51,94	11,05
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>0,44</b>	<b>0,44</b>	<b>10,83</b>	<b>51,94</b>	<b>11,05</b>
<b>Обед</b>								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	60	0,98	2,52	3,43	41,40	12,21
2008	94/к	СУП ПЕРЛОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	190/10	5,69	8,43	24,52	202,09	9,90
2012	168	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	13,52	4,02	28,26	203,43	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	70	7,27	5,36	1,96	93,69	6,24
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,51	37,99	0,00
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,50	0,35	40,24	178,14	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,01	0,27	12,87	61,94	0,00
<b>Итого</b>			<b>701</b>	<b>32,97</b>	<b>20,95</b>	<b>120,79</b>	<b>818,88</b>	<b>28,35</b>
<b>Полдник</b>								
2012	384	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	220	4,52	3,89	19,13	130,61	0,83
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,24	2,93	22,25	124,72	0,00
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>6,76</b>	<b>6,82</b>	<b>41,38</b>	<b>255,33</b>	<b>0,83</b>
<b>Ужин</b>								
2008	24/	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	49	0,86	4,04	3,50	54,08	1,31
2008	247	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	170	20,76	12,00	7,83	222,78	0,33
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,24	0,00	4,77	20,01	0,06
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,01	0,27	12,87	61,94	0,00
<b>Итого</b>			<b>449</b>	<b>23,87</b>	<b>16,31</b>	<b>28,97</b>	<b>358,81</b>	<b>1,69</b>
<b>Всего</b>				<b>75,46</b>	<b>57,77</b>	<b>246,25</b>	<b>1 828,94</b>	<b>43,16</b>

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

Стоимость дис. 171 руб