

государственное бюджетное
общеобразовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
пос. Придорожный муниципального
района Волжский Самарской области
«Детский сад "Семицветик"»

Согласовано
ГБОУ СОШ ТОС Южный город п. Придорожный
Руководитель
Д. Перелькина О.К./

10 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

Содержание рецептурной карты	№ рецептурной карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
сад "Семицветик"								
Завтрак								
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	160	5,18	5,82	19,11	150,26	0,57
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	170	3,25	2,67	9,00	73,76	0,57
2008		БАТОН	21	1,64	0,21	10,08	48,85	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,04	0,03	27,55	0,00
Итого			355	10,09	11,74	38,22	300,41	1,14
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	113	0,57	0,11	11,43	48,66	2,26
Итого			113	0,57	0,11	11,43	48,66	2,26
Обед								
2008	41	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30	0,55	2,11	2,69	32,11	1,39
2008	101	СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/7	6,06	10,55	2,44	132,20	0,91
2008	306x	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	185	6,69	8,18	13,49	156,48	27,60
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,63	26,48	0,00
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,57	0,26	29,51	130,81	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			592	17,86	21,36	67,48	539,07	29,90
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	0,00	0,00	9,75	39,01	0,00
2012	479x	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5,64	4,83	26,12	170,38	0,10
Итого			200	5,64	4,83	35,87	209,39	0,10
Ужин								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	60	0,21	0,21	5,16	24,75	5,27
2008	23	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ	130	13,56	12,85	10,93	221,33	0,27
2008	371x	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,62	1,18	3,57	29,77	0,10
2008	399	НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,13	0,03	7,75	32,41	3,41
Итого			400	14,52	14,27	27,41	308,26	9,05
Всего				48,68	52,31	180,41	1 405,79	42,45

Стоимость дня: 350 руб.

государственное бюджетное
общеобразовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа
«Образовательный центр
«Южный город»
пос. Придорожный муниципального
района Волжский Самарской области
«Детский сад "Семицветик"»

Согласовано
ГБОУ СОШ ТОС Южный город п. Придорожный
Руководитель
Д. Перелькина О.К./

Сад 12 часов

Содержание рецептурной карты	№ рецептурной карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	190	6,62	7,55	24,23	192,22	0,68
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,85	3,15	11,13	89,19	0,68
2008		БАТОН	26	2,04	0,26	12,52	60,70	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,78	0,04	34,26	0,00
Итого			401	12,53	14,74	47,92	376,37	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	113	0,56	0,11	11,39	48,51	2,26
Итого			113	0,56	0,11	11,39	48,51	2,26
Обед								
2008	41	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,88	2,52	4,43	44,18	2,28
2008	101	СУП КУДРЯВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/9	8,43	11,97	18,76	220,64	9,11
2008	306x	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	8,09	9,30	17,07	186,97	33,72
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,05	32,18	0,00
2008	84	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,39	0,34	38,97	172,51	0,00
2008	85	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,62	0,35	16,80	80,81	0,00
Итого			699	23,41	24,48	104,08	737,29	45,11
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	15,44	61,76	0,00
2012	479x	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	70	6,16	5,87	29,71	196,31	0,13
Итого			250	6,16	5,87	45,15	258,07	0,13
Ужин								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	70	0,25	0,25	6,04	28,95	6,16
2008	23	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ	140	18,46	16,26	14,35	288,51	0,35
2008	371x	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	40	0,72	1,39	5,13	38,89	0,11
2008	399	НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0,14	0,03	8,83	36,95	3,76
Итого			450	19,57	17,93	34,35	393,30	10,38
Всего				62,23	63,13	242,89	1 813,54	59,24

Стоимость дня: 359 руб.