

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

Согласовано

Руководитель  
ГБОУ СОШ "ОГ" Южный город п. Придорожный  
Пересилькина О.К.

Меню  
11 февраля 2025 г.

Ясень 12 часов

| Сбор<br>на<br>дети<br>тип | № по<br>счету | Наименование блюда                   | Выход | Химический состав |         |                  | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мины С,<br>мг |
|---------------------------|---------------|--------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|-------------------------------------|------------------------|
|                           |               |                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                     |                        |
| Завтрак                   |               |                                      |       |                   |         |                  |                                     |                        |
| 2008                      | 189           | КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ               | 160   | 4,59              | 6,04    | 17,17            | 142,07                              | 0,58                   |
| 2012                      | 397           | КАКАО С МОЛОКОМ                      | 170   | 3,40              | 2,87    | 8,31             | 73,55                               | 0,58                   |
| 2008                      |               | БАТОН                                | 20    | 1,60              | 0,20    | 9,82             | 47,60                               | 0,00                   |
| 2008                      | 13            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                     | 4     | 0,02              | 3,09    | 0,03             | 28,05                               | 0,00                   |
| Итого                     |               |                                      | 354   | 9,61              | 12,20   | 35,33            | 291,27                              | 1,16                   |
| II Запеканка              |               |                                      |       |                   |         |                  |                                     |                        |
| 2008                      | 442           | СОК ФРУКТОВЫЙ                        | 112   | 0,56              | 0,11    | 11,36            | 48,38                               | 2,25                   |
| Итого                     |               |                                      | 112   | 0,56              | 0,11    | 11,36            | 48,38                               | 2,25                   |
| Обед                      |               |                                      |       |                   |         |                  |                                     |                        |
| 2012                      | 65/           | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                     | 30    | 0,39              | 1,24    | 2,04             | 21,26                               | 0,61                   |
| 2008                      | 83ж           | ЩИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО<br>СМЕТАНОЙ | 160/7 | 4,76              | 6,96    | 17,82            | 156,84                              | 14,06                  |
| 2008                      | 331           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ       | 110   | 2,96              | 3,35    | 18,84            | 117,37                              | 0,00                   |
| 2012                      | 277           | ПОДЛИВА ИЗ МЯСА КУР                  | 50    | 5,75              | 8,24    | 4,91             | 117,09                              | 1,39                   |
| 2008                      | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ       | 150   | 0,00              | 0,00    | 7,27             | 29,03                               | 0,00                   |
| 2008                      | 84            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 31    | 2,62              | 0,26    | 30,12            | 133,34                              | 0,00                   |
| 2008                      | 85            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 31    | 2,03              | 0,27    | 12,98            | 62,46                               | 0,00                   |
| Итого                     |               |                                      | 569   | 18,51             | 20,32   | 93,98            | 637,39                              | 16,06                  |
| Полдник                   |               |                                      |       |                   |         |                  |                                     |                        |
| 2008                      | 435           | КЕФИР                                | 130   | 3,79              | 3,27    | 5,23             | 69,23                               | 0,91                   |
| 2008                      |               | ПЕЧЕНЬЕ                              | 20    | 1,50              | 1,96    | 14,88            | 83,40                               | 0,00                   |
| 2008                      |               | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                        | 50    | 0,18              | 0,18    | 4,37             | 20,96                               | 4,46                   |
| Итого                     |               |                                      | 200   | 5,47              | 5,41    | 24,48            | 173,59                              | 5,37                   |
| Ужин                      |               |                                      |       |                   |         |                  |                                     |                        |
| 2008                      | 51            | ВИНЕГРЕТ                             | 80    | 0,98              | 3,83    | 4,39             | 56,36                               | 5,02                   |
| 2008                      | 59/           | РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ                    | 140   | 14,81             | 7,36    | 49,21            | 321,95                              | 0,53                   |
| 2008                      | 401           | НАПИТОК ИЗ КУРАГИ                    | 180   | 0,38              | 0,02    | 10,99            | 45,91                               | 0,12                   |
| Итого                     |               |                                      | 400   | 16,17             | 11,21   | 64,59            | 424,22                              | 5,67                   |
| Всего                     |               |                                      |       | 50,32             | 49,25   | 229,74           | 1 574,85                            | 30,51                  |

Стоимость дня: 155 руб

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

Согласовано

Руководитель  
ГБОУ СОШ "ОГ" Южный город п. Придорожный  
Пересилькина О.К.

Меню  
11 февраля 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор<br>на<br>дети | № по<br>счету | Наименование<br>блюда                | Выход | Химический состав |         |                  | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мины<br>С, мг |
|--------------------|---------------|--------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|-------------------------------------|------------------------|
|                    |               |                                      |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                     |                        |
| Завтрак            |               |                                      |       |                   |         |                  |                                     |                        |
| 2008               | 189           | КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ               | 190   | 5,75              | 6,77    | 22,28            | 173,93                              | 0,68                   |
| 2012               | 397           | КАКАО С МОЛОКОМ                      | 180   | 3,97              | 3,34    | 10,21            | 87,90                               | 0,68                   |
| 2008               |               | БАТОН                                | 25    | 1,98              | 0,25    | 12,14            | 58,83                               | 0,00                   |
| 2008               | 13            | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                     | 5     | 0,02              | 4,04    | 0,04             | 36,59                               | 0,00                   |
| Итого              |               |                                      | 400   | 11,72             | 14,40   | 44,67            | 357,25                              | 1,36                   |
| II Запеканка       |               |                                      |       |                   |         |                  |                                     |                        |
| 2008               | 442           | СОК ФРУКТОВЫЙ                        | 112   | 0,56              | 0,11    | 11,36            | 48,35                               | 2,25                   |
| Итого              |               |                                      | 112   | 0,56              | 0,11    | 11,36            | 48,35                               | 2,25                   |
| Обед               |               |                                      |       |                   |         |                  |                                     |                        |
| 2012               | 65/           | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                     | 50    | 0,64              | 2,83    | 3,39             | 42,26                               | 1,01                   |
| 2008               | 83ж           | ЩИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО<br>СМЕТАНОЙ | 180/9 | 5,60              | 8,81    | 20,95            | 190,83                              | 16,84                  |
| 2008               | 331           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ       | 125   | 5,18              | 3,73    | 33,08            | 186,77                              | 0,00                   |
| 2012               | 277           | ПОДЛИВА ИЗ МЯСА КУР                  | 75    | 6,88              | 9,00    | 6,27             | 134,03                              | 1,65                   |
| 2008               | 402           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ       | 180   | 0,00              | 0,00    | 9,97             | 39,87                               | 0,00                   |
| 2008               | 84            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 41    | 3,49              | 0,35    | 40,14            | 177,70                              | 0,00                   |
| 2008               | 85            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 41    | 2,70              | 0,36    | 17,36            | 83,25                               | 0,00                   |
| Итого              |               |                                      | 701   | 24,49             | 25,08   | 131,10           | 854,71                              | 19,50                  |
| Полдник            |               |                                      |       |                   |         |                  |                                     |                        |
| 2008               | 435           | КЕФИР                                | 160   | 4,67              | 4,02    | 6,44             | 85,32                               | 1,13                   |
| 2008               |               | ПЕЧЕНЬЕ                              | 30    | 2,25              | 2,94    | 22,29            | 124,92                              | 0,00                   |
| 2008               |               | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                        | 60    | 0,21              | 0,21    | 5,19             | 24,89                               | 5,29                   |
| Итого              |               |                                      | 250   | 7,13              | 7,17    | 33,92            | 235,13                              | 6,42                   |
| Ужин               |               |                                      |       |                   |         |                  |                                     |                        |
| 2008               | 51            | ВИНЕГРЕТ                             | 90    | 1,79              | 3,10    | 10,48            | 77,53                               | 8,48                   |
| 2008               | 59/           | РАССТЕГАЙ С РЫБОЙ                    | 160   | 17,15             | 8,36    | 59,09            | 380,18                              | 0,65                   |
| 2008               | 401           | НАПИТОК ИЗ КУРАГИ                    | 200   | 0,41              | 0,02    | 13,97            | 58,03                               | 0,13                   |
| Итого              |               |                                      | 450   | 19,35             | 11,48   | 83,54            | 515,74                              | 9,26                   |
| Всего              |               |                                      |       | 63,25             | 58,24   | 304,59           | 2 011,18                            | 38,79                  |

Стоимость дня: 161 руб