

государственное бюджетное
 общеобразовательное учреждение
 Самарской области
 средняя общеобразовательная школа
 «Образовательный центр
 «Южный город»
 МЕНЮ
 20 февраля 2025 г.
 пос. Придорожный муниципальный район Самарской области
 «Детский сад "Семицветик"»

Согласовано

Руководитель

ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город
 п. Придорожный
 Самарская О.К.

| Дата | № п/п | Наименование блюда | Выход | Энергетический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|-------|--|--------------|-----------------------|---------------|-----------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ | 190 | 4,96 | 5,12 | 19,34 | 143,83 | 0,52 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 170 | 3,56 | 2,96 | 9,18 | 78,71 | 0,57 |
| 2008 | | БАТОН | 20 | 1,60 | 0,20 | 9,82 | 47,60 | 0,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 4 | 0,02 | 3,30 | 0,03 | 29,92 | 0,00 |
| Итого | | | 354 | 10,14 | 11,58 | 38,37 | 300,06 | 1,09 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,00 | 2,00 |
| Итого | | | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,00 | 2,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 41 | САЛАТ ЛУКОВЫЙ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ | 35 | 0,49 | 2,01 | 2,57 | 30,73 | 1,41 |
| 2008 | 83ж | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ОТВАРНЫМИ | 170ж | 5,70 | 5,98 | 17,65 | 151,76 | 13,78 |
| 2008 | 331 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 120 | 4,07 | 3,68 | 26,02 | 153,61 | 0,00 |
| 2008 | 256 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 50 | 7,41 | 4,52 | 4,70 | 100,87 | 5,95 |
| 2008 | 402 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 150 | 0,00 | 0,00 | 7,74 | 30,96 | 0,00 |
| 2008 | 84 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 22 | 1,88 | 0,19 | 21,64 | 95,78 | 0,00 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 |
| Итого | | | 575 | 20,87 | 16,56 | 88,80 | 604,50 | 21,12 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 130 | 3,77 | 3,25 | 5,20 | 68,90 | 0,91 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,50 | 1,90 | 14,88 | 83,40 | 0,00 |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 50 | 0,17 | 0,17 | 4,26 | 20,45 | 4,35 |
| Итого | | | 200 | 5,44 | 5,38 | 24,34 | 172,75 | 5,26 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ | 40 | 0,58 | 1,08 | 3,41 | 33,74 | 1,60 |
| 2012 | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 155 | 19,10 | 11,11 | 5,67 | 199,31 | 0,28 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,23 | 0,00 | 4,36 | 18,37 | 0,05 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 405 | 21,90 | 13,35 | 26,16 | 312,61 | 1,93 |
| Всего | | | 68,85 | 46,97 | 187,77 | 1 432,92 | 31,40 | |

Медицинская сестра

Цопова Я.И.

Стоимость диск: 181 руб

Государственное бюджетное
 общеобразовательное учреждение
 Самарской области
 средняя общеобразовательная школа
 «Образовательный центр
 «Южный город»
 МЕНЮ
 20 февраля 2025 г.
 пос. Придорожный муниципальный район Самарской области
 «Детский сад "Семицветик"»

Согласовано

Руководитель
 ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город п. Придорожный
 Самарская О.К.

| Дата | № п/п | Наименование блюда | Выход | Энергетический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|-------|--|--------------|-----------------------|---------------|-----------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ | 190 | 6,50 | 7,82 | 24,02 | 193,25 | 0,67 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,98 | 3,34 | 10,20 | 87,88 | 0,67 |
| 2008 | | БАТОН | 25 | 1,99 | 0,25 | 12,21 | 59,20 | 0,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,18 | 0,04 | 37,91 | 0,00 |
| Итого | | | 400 | 12,50 | 15,59 | 46,47 | 378,24 | 1,34 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,00 | 2,00 |
| Итого | | | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,00 | 2,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 41 | САЛАТ ЛУКОВЫЙ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ | 55 | 0,79 | 1,70 | 4,21 | 36,00 | 2,28 |
| 2008 | 83ж | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ОТВАРНЫМИ | 185/10 | 7,21 | 6,28 | 27,06 | 199,08 | 19,68 |
| 2008 | 331 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 135 | 5,49 | 3,90 | 35,09 | 197,49 | 0,00 |
| 2008 | 256 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 70 | 9,94 | 4,48 | 5,62 | 118,13 | 7,93 |
| 2008 | 402 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 180 | 0,00 | 0,00 | 10,10 | 40,39 | 0,00 |
| 2008 | 84 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 31 | 2,68 | 0,27 | 30,84 | 136,50 | 0,00 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 696 | 28,10 | 16,89 | 125,64 | 788,78 | 29,89 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 160 | 4,64 | 4,00 | 6,40 | 84,75 | 1,12 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,28 | 124,90 | 0,00 |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 60 | 0,24 | 0,24 | 5,87 | 28,15 | 5,99 |
| Итого | | | 250 | 7,13 | 7,18 | 34,55 | 237,80 | 7,11 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ | 50 | 0,72 | 1,54 | 4,21 | 33,53 | 1,97 |
| 2012 | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 170 | 23,23 | 10,99 | 6,55 | 218,38 | 0,36 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,27 | 0,00 | 5,62 | 23,59 | 0,06 |
| 2008 | 85 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| Итого | | | 450 | 26,21 | 12,79 | 29,10 | 336,69 | 2,39 |
| Всего | | | 74,44 | 52,55 | 245,86 | 1 784,51 | 42,73 | |

Медицинская сестра

Цопова Я.И.

Стоимость диск: 190 руб