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

Согласовано

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

МЕНЮ

14 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	177	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	190	6,16	6,68	28,25	198,60	0,65
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,94	3,32	11,01	90,82	0,68
2008	/	БАТОН	19	1,54	0,19	9,47	45,90	0,00
2008	13/	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	4,07	0,04	36,92	0,00
Итого			**394**	**11,66**	**14,26**	**48,77**	**372,24**	**1,33**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	112	0,58	0,12	11,31	49,10	2,28
Итого			**112**	**0,58**	**0,12**	**11,31**	**49,10**	**2,28**
Обед								
2008	48/к	СВЕКОЛЬНЫЕ СЛАЙСЫ	49	0,78	0,05	4,57	21,82	2,14
2008	102	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	185/11	6,60	7,15	20,60	178,40	10,29
2008	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	170	21,19	8,33	6,96	211,32	14,67
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,53	2,65	2,82	37,56	1,12
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,81	35,22	0,00
2008	/	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,90	0,29	33,29	147,36	0,00
2008	/	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,67	0,36	17,12	82,37	0,00
Итого			**699**	**34,67**	**18,83**	**94,17**	**714,05**	**28,22**
Полдник								
2012	384	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	5,07	4,37	22,31	149,99	0,94
2008		СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	3,01	0,37	23,12	107,92	0,00
Итого			**250**	**8,08**	**4,74**	**45,43**	**257,91**	**0,94**
Ужин								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	119	0,48	0,48	11,69	56,07	11,93
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	100	1,03	1,87	7,50	51,94	3,95
2012	454	ПИРОГ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОСЫПКОЙ	130	7,46	8,46	43,18	278,48	0,08
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,23	0,00	7,38	30,40	0,05
Итого			**529**	**9,20**	**10,81**	**69,75**	**416,89**	**16,01**
Всего				**64,19**	**48,76**	**269,43**	**1 810,19**	**48,78**

Стоимость дня: 171,50 руб

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

Согласовано

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

МЕНЮ

14 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	177	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	180	5,52	6,77	24,12	180,19	0,62
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,54	3,02	10,50	84,20	0,62
2008	/	БАТОН	19	1,54	0,19	9,47	45,90	0,00
2008	13/	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,02	3,54	0,03	32,06	0,00
Итого			**363**	**10,62**	**13,52**	**44,12**	**342,35**	**1,24**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	112	0,58	0,12	11,31	49,10	2,28
Итого			**112**	**0,58**	**0,12**	**11,31**	**49,10**	**2,28**
Обед								
2008	48/к	СВЕКОЛЬНЫЕ СЛАЙСЫ	29	0,47	0,03	2,73	13,02	1,28
2008	102	СУП С ФАСОЛЬЮ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	165/10	5,98	6,95	18,20	164,00	9,06
2008	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	18,14	6,39	8,75	184,65	13,43
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,57	2,12	2,78	32,79	1,46
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	7,60	30,41	0,00
2008	/	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,65	0,17	18,97	83,97	0,00
2008	/	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,03	0,27	13,02	62,64	0,00
Итого			**594**	**28,84**	**15,93**	**72,05**	**571,48**	**25,23**
Полдник								
2012	384	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	4,23	3,64	18,86	126,12	0,78
2008		СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	3,01	0,37	23,12	107,92	0,00
Итого			**200**	**7,24**	**4,01**	**41,98**	**234,04**	**0,78**
Ужин								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	99	0,40	0,40	9,73	46,66	9,93
2008		МОРКОВЬ ТЕРТАЯ	80	0,82	1,49	5,81	40,75	3,17
2012	454	ПИРОГ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОСЫПКОЙ	120	7,00	7,62	39,36	253,67	0,08
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	7,33	30,05	0,04
Итого			**479**	**8,41**	**9,51**	**62,23**	**371,13**	**13,22**
Всего				**55,69**	**43,09**	**231,69**	**1 568,10**	**42,75**

Стоимость дня: 150,50 руб