

государственное бюджетное
 общеобразовательное учреждение
 Самарской области
 средняя общеобразовательная школа
 «Образовательный центр
 «Южный город»
 пос. Придорожный муниципаль-
 ный район Волжский Самарской области
 структурное подразделение
 «Детский сад "Семцветик"»

Согласовано

Руководитель
 ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город
 П. Придорожный
 Тересыпкина О.К./

МЕНЮ
 11 марта 2023 г.
 Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн.	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША 2 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	170	5,76	6,11	23,50	172,64	0,62
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,52	3,00	11,34	87,26	0,62
2008	/	БАТОН	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,36	0,04	39,57	0,00
Итого			355	10,91	13,67	44,70	347,07	1,24
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	114	0,58	0,12	11,31	49,10	2,28
Итого			114	0,58	0,12	11,31	49,10	2,28
Обед								
2008	41	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	0,58	1,78	2,83	29,92	1,46
2008	83	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/4	5,90	5,58	17,89	147,89	11,60
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	130	14,01	15,27	6,31	218,82	0,44
2008	364	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	30	0,59	1,76	3,04	30,71	1,35
2008	34	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	8,55	34,15	0,00
2008	/	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3,37	0,34	38,76	171,59	0,00
2008	/	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			583	27,10	25,08	94,34	714,66	14,85
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			200	6,72	6,46	22,08	178,80	1,26
Ужин								
2012	334	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	1,61	2,78	9,44	72,69	1,83
2008	219	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	130	15,14	11,97	20,33	257,95	0,19
2012		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ	15	0,72	0,85	5,55	32,80	0,10
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	160	0,00	0,00	6,92	27,71	0,00
Итого			405	17,47	15,60	42,24	391,15	2,12
Всего			62,78	60,93	214,67	1 680,78	21,75	

Стоимость дня: 158 руб

государственное бюджетное
 общеобразовательное учреждение
 Самарской области
 средняя общеобразовательная школа
 «Образовательный центр
 «Южный город» МЕНЮ
 17 марта 2025 г.
 пос. Придорожный муниципального
 района Волжский Самарской области Сад 12 часов

Согласовано

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

Сборник рецептурных карт	№ рецеп-карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША 2 ЗЛАКА МОЛОЧНАЯ	190	6,61	7,43	26,50	200,26	0,69
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,89	3,30	11,36	91,64	0,68
2008	/	БАТОН	27	2,16	0,27	13,24	64,20	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,23	0,04	38,36	0,00
Итого			402	12,69	15,23	51,14	394,46	1,37
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	113	0,58	0,12	11,31	49,10	2,28
Итого			113	0,58	0,12	11,31	49,10	2,28
Обед								
2008	41	САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	0,68	2,03	3,41	34,90	1,76
2008	83	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/8	6,44	6,61	20,07	169,93	13,01
2008	321	СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	150	16,77	20,71	8,72	288,49	0,44
2008	364	СОУС ТОМАТНО-ОВОЩНОЙ	50	0,52	1,98	2,77	31,32	1,03
2008	34	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,33	37,32	0,00
2008	/	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	4,18	0,42	48,07	212,78	0,00
2008	/	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,44	21,13	101,67	0,00
Итого			717	31,89	32,19	113,50	876,41	16,24
Полдник								
2008	435	КЕФИР	220	6,37	5,49	8,79	116,44	1,54
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	2,89	21,98	123,17	0,00
Итого			250	8,59	8,38	30,77	239,61	1,54
Ужин								
2012	334	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,02	3,64	11,59	91,71	2,26
2008	219	СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	150	19,81	15,55	26,13	334,81	0,27
2012		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ	20	1,44	1,70	11,10	65,60	0,20
2008	411	КИСЕЛЬ ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	9,66	38,58	0,00
Итого			480	23,27	20,89	58,48	530,70	2,73
Всего				77,02	76,81	265,20	2 090,28	24,16

Стоимость дня: 193,5 руб