

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

Согласовано

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

МЕНЮ
27 июня 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	41	Омлет с грибами и помидорами	80	9,10	5,34	24,16	174,01	0,89
2008	7	Батон	25	1,87	0,25	12,06	105,94	0,00
2008	7	Хлеб пшеничный	6	0,54	0,06	0,35	58,56	0,00
Итого			111	11,49	5,65	36,57	383,75	1,36
II Завтрак								
2008		Булочка	145	0,51	0,51	12,40	58,45	12,65
Итого			145	0,51	0,51	12,40	58,45	12,65
Обед								
2012	41	Морковные палочки	50	0,56	0,04	2,58	14,60	0,85
2008	26	Борщ с капустой, картофелем на курином бульоне со сметаной	180/10	7,15	6,80	23,55	180,21	16,45
2008	181	Гречка отварная рассыпчатая с маслом	130*	6,61	6,65	31,04	212,19	0,00
2008	314	Котлеты рубленные из кур	70	7,23	0,01	2,52	111,48	0,35
2012	357	Соус сметанный с томатом	50	0,44	2,60	2,05	35,20	0,59
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	180	0,00	0,00	9,16	36,50	0,00
2008	7	Хлеб пшеничный	30	2,68	0,36	29,58	131,41	0,00
Итого			700	24,85	24,36	101,88	731,69	17,26
Полдник								
2008	435	Кефир	197	5,71	4,92	7,88	104,36	1,36
2012	479	Булочка домашняя	50	4,83	0,62	29,96	143,34	0,09
Итого			247	10,54	5,54	37,84	247,70	1,47
Ужин								
2012	41	Салат из квашеной капусты	70	0,85	5,15	3,62	64,97	3,80
2008	214	Сухарник	150	8,96	14,42	9,73	203,40	0,26
2008	430	Чай с сахаром	200	0,21	0,00	7,61	31,23	0,04
2008	7	Хлеб ржаной	46	3,08	0,41	19,70	94,81	0,00
Итого			466	12,70	19,98	40,66	394,41	4,10
Всего				60,78	64,56	243,54	1 617,00	36,84

Стоимость дня: 166 руб

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

Согласовано

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

МЕНЮ
27 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
			20	0,37	0,00	0,30	46,32	0,00
2008	137	Омлет с грибами	6	0,03	5,11	0,35	46,30	0,00
Итого			206	10,01	10,58	37,60	313,86	1,25
II Завтрак								
2008	*	Булочка	145	0,50	0,50	12,22	58,61	12,47
Итого			145	0,50	0,50	12,22	58,61	12,47
Обед								
2012	41	Морковные палочки	30	0,43	0,03	2,24	11,36	0,57
2008	26	Борщ с капустой, картофелем на курином бульоне со сметаной	160/8	5,10	5,11	20,55	153,19	13,02
2008	181	Гречка отварная рассыпчатая с маслом	110	4,13	4,88	18,58	134,55	0,00
2008	314	Котлеты рубленные из кур	60	8,04	0,46	2,84	129,11	0,31
2012	357	Соус сметанный с томатом	20	0,37	2,36	1,60	30,98	0,47
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	150	0,00	0,00	8,29	33,17	0,00
2008	7	Хлеб пшеничный	20	1,71	0,17	19,67	87,08	0,00
Итого			558	19,76	22,03	73,83	579,46	14,47
Полдник								
2008	435	Кефир	187	4,85	4,18	6,69	88,59	1,17
2012	479	Булочка домашняя	30	2,69	0,65	15,26	77,65	0,08
Итого			197	7,54	4,83	21,95	166,24	1,25
Ужин								
2012	41	Салат из квашеной капусты	50	0,89	1,45	2,09	26,22	5,51
2008	214	Сухарник	130	9,90	13,95	7,10	193,83	0,21
2008	430	Чай с сахаром	200	0,19	0,00	7,78	31,89	0,04
2008	7	Хлеб ржаной	37	2,40	0,33	15,74	75,76	0,00
Итого			417	13,44	15,73	32,71	327,70	5,76
Всего				61,25	56,67	178,21	1 445,87	35,20

Стоимость дня: 152 руб7