

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

## МЕНЮ

14 августа 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                                  | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                  |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 184              | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ                               | 170   | 6,26              | 6,82    | 24,89            | 186,85                                   | 0,64                  |
| 2008                          | 430              | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                       | 160   | 3,39              | 2,72    | 11,06            | 82,97                                    | 0,63                  |
| 2008                          | /                | БАТОН                                               | 20    | 1,56              | 0,20    | 9,57             | 46,41                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13/              | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                    | 5     | 0,03              | 4,13    | 0,04             | 37,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                     | 355   | 11,24             | 13,87   | 45,56            | 353,63                                   | 1,27                  |
| 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               | САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ                | 30    | 0,48              | 1,00    | 2,51             | 21,02                                    | 1,60                  |
| 2008                          | 83/              | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 160/9 | 5,52              | 4,05    | 16,22            | 128,22                                   | 14,47                 |
| 2008                          | /260/            | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИНЫМ МЯСОМ                 | 160   | 7,90              | 8,62    | 28,57            | 224,07                                   | 14,01                 |
| 2008                          | 394              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                              | 150   | 0,14              | 0,14    | 11,46            | 48,37                                    | 1,36                  |
| 2008                          | /                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 30    | 2,53              | 0,25    | 29,01            | 128,44                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                     | 539   | 16,57             | 14,06   | 87,77            | 550,12                                   | 31,44                 |
| Полдник                       |                  |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435              | КЕФИР                                               | 170   | 4,92              | 4,24    | 6,78             | 89,84                                    | 1,19                  |
| 2008                          |                  | СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ                                    | 30    | 1,90              | 0,23    | 14,54            | 67,94                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                     | 200   | 6,82              | 4,47    | 21,32            | 157,78                                   | 1,19                  |
| Ужин                          |                  |                                                     |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 241              | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ       | 200   | 15,69             | 6,27    | 6,35             | 145,30                                   | 2,28                  |
| 2008                          | 441              | ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                           | 180   | 0,05              | 0,02    | 5,98             | 24,46                                    | 7,80                  |
| 2008                          | /                | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                         | 19    | 1,26              | 0,17    | 8,05             | 38,75                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                     | 399   | 17,00             | 6,46    | 20,38            | 208,51                                   | 10,08                 |
| Всего                         |                  |                                                     |       | 52,21             | 38,98   | 186,34           | 1 319,14                                 | 46,26                 |

Медицинская сестра

Сагандыкова А.В.

Стоимость дня 142 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 учреждения  
 ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город п. Придорожный  
 /Пересыпкина О.К./

## МЕНЮ

14 августа 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                                     | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин С,<br>мг |
|-------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                  |                                                        |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                  |                                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189              | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ                                  | 190    | 7,41              | 7,28    | 30,34            | 217,46                                   | 0,70                  |
| 2008                          | 430              | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                          | 180    | 3,45              | 2,72    | 11,17            | 83,66                                    | 0,64                  |
| 2008                          | /                | БАТОН                                                  | 34     | 2,68              | 0,34    | 16,45            | 79,75                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13/              | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                       | 5      | 0,03              | 4,13    | 0,04             | 37,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                        | 409    | 13,57             | 14,47   | 58,00            | 418,27                                   | 1,34                  |
| 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               | САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ<br>КАПУСТОЙ                | 50     | 0,79              | 2,01    | 4,00             | 37,41                                    | 2,74                  |
| 2012                          | 67               | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА<br>КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/10 | 6,45              | 4,54    | 21,21            | 157,10                                   | 17,28                 |
| 2008                          | 258              | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С<br>КУРИНЫМ МЯСОМ                 | 200    | 8,20              | 9,60    | 29,48            | 237,77                                   | 14,28                 |
| 2008                          | 394              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                                 | 180    | 0,11              | 0,11    | 11,98            | 49,93                                    | 1,08                  |
| 2008                          | /                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 42     | 3,59              | 0,36    | 41,24            | 182,55                                   | 0,00                  |
| 2008                          | /                | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                            | 24     | 1,59              | 0,21    | 10,19            | 49,02                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                        | 686    | 20,73             | 16,83   | 118,10           | 713,78                                   | 35,38                 |
| Полдник                       |                  |                                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435              | КЕФИР                                                  | 199    | 5,78              | 4,98    | 7,97             | 105,58                                   | 1,39                  |
| 2008                          |                  | СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ                                       | 50     | 2,98              | 0,36    | 22,77            | 106,33                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                        | 249    | 8,76              | 5,34    | 30,74            | 211,91                                   | 1,39                  |
| Ужин                          |                  |                                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 241              | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С<br>ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ       | 225    | 16,30             | 7,04    | 7,12             | 157,85                                   | 2,25                  |
| 2008                          | 441              | ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                              | 200    | 0,08              | 0,03    | 10,46            | 42,69                                    | 12,32                 |
| 2008                          | /                | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                            | 24     | 1,59              | 0,21    | 10,19            | 49,02                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                        | 449    | 17,97             | 7,28    | 27,77            | 249,56                                   | 14,57                 |
| Всего                         |                  |                                                        |        | 61,61             | 44,04   | 245,92           | 1 642,62                                 | 54,96                 |

Медицинская сестра

Сагандыкова А.В.

Состоялось для 158 руб