

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

И.О.Руководителя учреждения  
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город п. Придорожный  
Чернышкова Ю.В./

МЕНЮ

20 августа 2025 г.

Если 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ                              | 170    | 6,48              | 7,47    | 22,82            | 185,15                                   | 0,63                  |
| 2008                          | 433              | КАКАО С МОЛОКОМ                                | 160    | 3,55              | 3,02    | 10,52            | 84,30                                    | 0,63                  |
| 2008                          | 1                | БАТОН                                          | 26     | 2,05              | 0,26    | 12,58            | 60,99                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13               | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                               | 5      | 0,03              | 4,13    | 0,04             | 37,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                | 361    | 12,11             | 14,88   | 45,96            | 367,84                                   | 1,26                  |
| II Завтрак                    |                  |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                  | ЯБЛОКО                                         | 170    | 0,60              | 0,60    | 14,71            | 70,54                                    | 15,01                 |
| Итого                         |                  |                                                | 170    | 0,60              | 0,60    | 14,71            | 70,54                                    | 15,01                 |
| Обед                          |                  |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 41               | САЛАТ ЛУКОВЫЙ                                  | 30     | 0,51              | 1,89    | 3,01             | 31,39                                    | 1,51                  |
| 2008                          | 94/к             | СУП ПЕРЛОВЫЙ НА КУРИНОМ<br>БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 160/10 | 5,08              | 5,79    | 18,59            | 151,87                                   | 8,30                  |
| 2012                          | 168              | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ                        | 110    | 8,90              | 3,12    | 18,60            | 138,11                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 256              | ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ                                | 70     | 11,43             | 4,12    | 2,32             | 106,02                                   | 9,08                  |
| 2008                          | 34               | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 150    | 0,00              | 0,00    | 7,87             | 31,45                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 1                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 31     | 2,62              | 0,26    | 30,12            | 133,34                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 1                | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 39     | 2,61              | 0,35    | 16,69            | 80,31                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                | 600    | 31,15             | 15,53   | 97,20            | 672,49                                   | 18,89                 |
| Полдник                       |                  |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 384              | КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                                | 180    | 4,25              | 3,66    | 18,96            | 126,71                                   | 0,78                  |
| 2008                          |                  | ПЕЧЕНЬЕ                                        | 20     | 1,50              | 1,96    | 14,88            | 83,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                | 200    | 5,75              | 5,62    | 33,84            | 210,11                                   | 0,78                  |
| Ужин                          |                  |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 35               | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                  | 90     | 1,29              | 1,29    | 4,32             | 34,85                                    | 12,54                 |
| 2012                          | 454              | ПИРОЖОК ИЗ ДРОЖЕЖЕВОГО ТЕСТА<br>С КАРТОШКОЙ    | 130    | 9,87              | 10,01   | 61,07            | 373,90                                   | 10,63                 |
| 2008                          | 438              | НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК                               | 180    | 0,16              | 0,16    | 8,61             | 37,45                                    | 1,59                  |
| Итого                         |                  |                                                | 400    | 11,32             | 11,46   | 74,00            | 446,20                                   | 24,76                 |
| Всего                         |                  |                                                |        | 60,93             | 48,09   | 265,71           | 1 767,18                                 | 60,70                 |

Медицинская сестра  Сагандькова А.В.

Стоимость дня 149 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

И.О.Руководителя учреждения  
ГБОУ СОШ "ОЦ" Южный город п. Придорожный  
Чернышкова Ю.В./

МЕНЮ

20 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                          | 184              | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ                              | 190    | 8,00              | 8,73    | 30,36            | 232,89                                   | 0,69                  |
| 2008                          | 433              | КАКАО С МОЛОКОМ                                | 180    | 3,85              | 3,29    | 12,94            | 97,78                                    | 0,68                  |
| 2008                          | У                | БАТОН                                          | 35     | 2,83              | 0,35    | 17,39            | 84,30                                    | 0,00                  |
| 2008                          | *13              | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                               | 5      | 0,03              | 4,32    | 0,04             | 39,15                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                | 410    | 14,72             | 16,69   | 60,73            | 454,12                                   | 1,37                  |
| II Завтрак                    |                  |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                  | ЯБЛОКО                                         | 170    | 0,60              | 0,60    | 14,69            | 70,47                                    | 14,99                 |
| Итого                         |                  |                                                | 170    | 0,60              | 0,60    | 14,69            | 70,47                                    | 14,99                 |
| Обед                          |                  |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 41               | САЛАТ ЛУКОВЫЙ                                  | 50     | 0,61              | 3,35    | 3,59             | 47,25                                    | 1,80                  |
| 2008                          | 94/к             | СУП ПЕРЛОВЫЙ НА КУРИНОМ<br>БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/11 | 6,06              | 6,25    | 23,64            | 180,51                                   | 8,37                  |
| 2012                          | 168              | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ                        | 130    | 13,22             | 5,93    | 27,65            | 216,96                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 261              | ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ                                | 70     | 13,79             | 5,80    | 1,95             | 132,01                                   | 10,82                 |
| 2008                          | 402              | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 180    | 0,00              | 0,00    | 8,77             | 35,08                                    | 0,00                  |
| 2008                          | /                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 46     | 3,93              | 0,39    | 45,13            | 199,79                                   | 0,00                  |
| 2008                          | /                | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 49     | 3,23              | 0,43    | 20,68            | 99,50                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                | 716    | 40,84             | 22,15   | 131,41           | 911,10                                   | 20,99                 |
| Полдник                       |                  |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 384              | КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                                | 220    | 5,65              | 4,86    | 23,32            | 161,02                                   | 1,04                  |
| 2008                          |                  | ПЕЧЕНЬЕ                                        | 30     | 2,23              | 2,91    | 22,11            | 123,93                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                                | 250    | 7,88              | 7,77    | 45,43            | 284,95                                   | 1,04                  |
| Ужин                          |                  |                                                |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 35               | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                  | 120    | 1,51              | 2,08    | 5,27             | 46,73                                    | 14,81                 |
| 2012                          | 454              | ПИРОЖОК ИЗ ДРОЖЕЖЕВОГО ТЕСТА<br>С КАРТОШКОЙ    | 130    | 9,38              | 10,71   | 57,98            | 365,70                                   | 8,36                  |
| 2008                          | 394              | НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК                               | 200    | 0,15              | 0,15    | 8,96             | 38,64                                    | 1,49                  |
| Итого                         |                  |                                                | 450    | 11,04             | 12,94   | 72,21            | 451,07                                   | 24,66                 |
| Всего                         |                  |                                                |        | 75,08             | 60,15   | 324,47           | 2 171,71                                 | 63,05                 |

Медицинская сестра  Сагандькова А.В.

Стоимость дня 170 руб