

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

24 сентября 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                          | 227              | СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ                               | 150   | 14,38             | 12,89   | 11,49            | 227,49                                   | 0,24                  |
| 2012                          | 359              | СОУС СЛАДКИЙ                                  | 20    | 0,02              | 0,00    | 3,20             | 12,88                                    | 0,01                  |
| 2008                          | 433              | КАКАО С МОЛОКОМ                               | 160   | 3,52              | 2,99    | 9,63             | 80,44                                    | 0,62                  |
| 2008                          | /                | БАТОН                                         | 20    | 1,60              | 0,20    | 9,82             | 47,60                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13               | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                              | 5     | 0,03              | 4,13    | 0,04             | 37,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                               | 355   | 19,55             | 20,21   | 34,18            | 405,81                                   | 0,87                  |
| II Завтрак                    |                  |                                               |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                  | ЯБЛОКО                                        | 170   | 0,60              | 0,60    | 14,73            | 70,64                                    | 15,03                 |
| Итого                         |                  |                                               | 170   | 0,60              | 0,60    | 14,73            | 70,64                                    | 15,03                 |
| Обед                          |                  |                                               |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 115              | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                              | 30    | 0,36              | 1,65    | 2,73             | 27,48                                    | 0,57                  |
| 2008                          | 98               | СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ<br>БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 160/9 | 6,42              | 6,54    | 20,90            | 173,00                                   | 8,17                  |
| 2008                          | 137              | СВЕКОЛЬНАЯ ИКРА                               | 115   | 1,88              | 6,03    | 10,95            | 105,35                                   | 5,12                  |
| 2008                          | 284              | ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ В ТОМАТНО-<br>ОВОЩНОМ СОУСЕ   | 50    | 6,07              | 6,45    | 4,17             | 99,33                                    | 0,80                  |
| 2008                          | 402              | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                   | 150   | 0,00              | 0,00    | 8,06             | 32,24                                    | 0,00                  |
| 2008                          | /                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 19    | 1,64              | 0,16    | 18,85            | 83,45                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                               | 533   | 16,37             | 20,83   | 65,66            | 520,85                                   | 14,66                 |
| Полдник                       |                  |                                               |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 438              | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ                              | 180   | 0,16              | 0,16    | 8,56             | 37,20                                    | 1,57                  |
| 2008                          |                  | СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ                              | 50    | 3,07              | 0,38    | 23,47            | 109,62                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                               | 230   | 3,23              | 0,54    | 32,03            | 146,82                                   | 1,57                  |
| Ужин                          |                  |                                               |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 48               | САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ                      | 70    | 1,21              | 1,88    | 8,57             | 56,29                                    | 4,14                  |
| 2008                          | 214              | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                             | 120   | 10,58             | 11,68   | 1,71             | 154,27                                   | 0,13                  |
| 2008                          | 430              | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 180   | 0,15              | 0,00    | 6,76             | 27,60                                    | 0,03                  |
| 2008                          | /                | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 29    | 1,93              | 0,26    | 12,36            | 59,49                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                               | 399   | 13,87             | 13,82   | 29,40            | 297,65                                   | 4,30                  |
| Всего                         |                  |                                               |       | 53,62             | 56,00   | 176,00           | 1 441,77                                 | 36,43                 |

Медицинская сестра В.В. Сагандыкова А.В.

Стоимость дня 147 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

24 сентября 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                          | 227              | СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ                               | 150    | 18,71             | 15,39   | 14,03            | 280,56                                   | 0,39                  |
| 2012                          | 359              | СОУС СЛАДКИЙ                                  | 30     | 0,04              | 0,00    | 5,80             | 23,34                                    | 0,02                  |
| 2008                          | 433              | КАКАО С МОЛОКОМ                               | 190    | 3,84              | 3,25    | 10,92            | 89,31                                    | 0,67                  |
| 2008                          | /                | БАТОН                                         | 25     | 1,96              | 0,25    | 12,03            | 58,32                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13               | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                              | 5      | 0,03              | 4,13    | 0,04             | 37,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                               | 400    | 24,58             | 23,02   | 42,82            | 488,93                                   | 1,08                  |
| II Завтрак                    |                  |                                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                  | ЯБЛОКО                                        | 170    | 0,60              | 0,60    | 14,73            | 70,65                                    | 15,03                 |
| Итого                         |                  |                                               | 170    | 0,60              | 0,60    | 14,73            | 70,65                                    | 15,03                 |
| Обед                          |                  |                                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 115              | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                              | 50     | 0,60              | 2,98    | 4,15             | 46,37                                    | 0,96                  |
| 2008                          | 98               | СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ<br>БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/10 | 7,15              | 7,07    | 26,24            | 202,59                                   | 9,90                  |
| 2008                          | 137              | СВЕКОЛЬНАЯ ИКРА                               | 145    | 2,21              | 5,28    | 12,90            | 107,80                                   | 6,03                  |
| 2008                          | 284              | ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ В ТОМАТНО-<br>ОВОЩНОМ СОУСЕ   | 70     | 7,83              | 7,79    | 10,04            | 141,81                                   | 1,48                  |
| 2008                          | 402              | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                   | 180    | 0,00              | 0,00    | 8,62             | 34,48                                    | 0,00                  |
| 2008                          | /                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 24     | 2,07              | 0,21    | 23,81            | 105,40                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                               | 659    | 19,86             | 23,33   | 85,76            | 638,45                                   | 18,37                 |
| Полдник                       |                  |                                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 438              | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ                              | 200    | 0,15              | 0,15    | 8,89             | 38,33                                    | 1,46                  |
| 2008                          |                  | СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ                              | 50     | 3,07              | 0,38    | 23,47            | 109,62                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                               | 250    | 3,22              | 0,53    | 32,36            | 147,95                                   | 1,46                  |
| Ужин                          |                  |                                               |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 48               | САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ                      | 70     | 1,49              | 1,26    | 10,81            | 60,77                                    | 5,27                  |
| 2008                          | 214              | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                             | 130    | 11,27             | 14,29   | 2,87             | 185,46                                   | 0,26                  |
| 2008                          | 430              | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200    | 0,18              | 0,00    | 7,15             | 29,29                                    | 0,04                  |
| 2008                          | /                | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 49     | 3,23              | 0,43    | 20,69            | 99,56                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                  |                                               | 449    | 16,17             | 15,98   | 41,52            | 375,08                                   | 5,57                  |
| Всего                         |                  |                                               |        | 64,43             | 63,46   | 217,19           | 1 721,06                                 | 41,51                 |

Медицинская сестра М.И. Сагандыкова А.В.

Стоимость дня 170 руб