

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ "Южный город" пос. Придорожный
 Далькина И.В./



МЕНЮ

23 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ, ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	8,73	3,9	4,3	15,1	116
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	7,27	4,4	3,9	0,2	54
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	16,65	0,8	3,7	3,2	50
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	9,70	3,5	2,9	10	81
БАТОН	25	0,76	1,9	0,7	12	62
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,88		3,9		36
Итого		46,98	14,5	19,4	40,5	399
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	8,81	0,6	0,1	11,8	50
Итого		8,81	0,6	0,1	11,8	50
Обед						
САЛАТ ИЗ ТЕРТОЙ МОРКОВИ	50	2,80	0,6	1,9	3	33
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	18,03	7,4	9,1	21,1	199
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	18,00	9	11	14,8	198
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	3,14	0,1	0,1	9,4	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,74	2,4	0,2	15,8	75
Итого		42,72	19,5	22,3	64,1	544
Полдник						
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	200	1,39			8,6	34
ГРЕНКИ С СЫРОМ	50	6,50	4	3,5	11,6	95
Итого		7,89	4	3,5	20,2	129
Ужин						
СУП РЫБНЫЙ	200	7,66	1,7	3,3	12,9	89
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	2,62	0,3	0,1	11,4	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,03	3,2	0,4	20,5	99
Итого		11,31	5,2	3,8	44,8	241
Всего		117,71	43,8	49,1	181,4	1363

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.

Утверждаю

ГБОУ СОШ "ОЦ "Южный город" пос. Придорожный
руководитель
Алькина И.В./



МЕНЮ

23 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ, ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	90	6,96	3,4	3,4	15,1	105
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	7,27	4,4	3,9	0,2	54
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	9,99	0,5	2,2	1,9	30
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	8,35	3	2,4	9,2	72
БАТОН	20	0,61	1,5	0,6	9,6	50
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,88		3,9		36
Итого		37,04	12,8	16,4	36	347
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	8,81	0,6	0,1	11,8	50
Итого		8,81	0,6	0,1	11,8	50
Обед						
САЛАТ ИЗ ТЕРТОЙ МОРКОВИ	30	1,68	0,3	1,2	1,8	20
СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	15,85	6,5	8	18,2	173
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИНЫМ МЯСОМ	160	14,64	7,6	8,6	10,3	151
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	2,65	0,1	0,1	8,2	34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,74	2,4	0,2	15,8	75
Итого		35,55	16,9	18,1	54,3	453
Полдник						
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО	170	0,80			6	24
ГРЕНКИ С СЫРОМ	30	4,06	2,9	2,2	9,3	69
Итого		4,86	2,9	2,2	15,3	93
Ужин						
СУП РЫБНЫЙ	180	6,47	1,4	2,4	10,5	71
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,98	0,1		5,4	24
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,83	2,6	0,3	16,4	79
Итого		8,28	4,1	2,7	32,3	174
Всего		94,55	37,3	39,5	149,7	1117

Медицинская сестра Щербакова Ю.С.