

Утверждаю

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



МЕНЮ
26 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	190	14,17	6,5	7	27,8	201
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	9,90	3,3	2,7	12,4	88
БАТОН	25	0,71	1,8	0,7	11,3	58
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,93		4		36
Итого		28,72	11,6	14,4	51,5	383
II Завтрак						
АПЕЛЬСИН	150	20,48	1	0,2	9	48
Итого		20,48	1	0,2	9	48
Обед						
МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ	50	2,09	0,5		2,4	12
СУП ОВСЯНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/9	12,91	5,1	8,6	8,1	133
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	7,95	3,9	4,4	25	155
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12,44	5,9	6,5	2,3	92
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	1,69	0,4	2,1	1,9	29
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,77			7,8	31
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	0,59	1,9	0,2	12,5	59
Итого		39,44	17,7	21,8	60	511
Полдник						
РЯЖЕНКА	220	17,61	5,5	4,8	8	103
ПЕЧЕНЬЕ	30	3,14	1,4	1,9	14,1	79
Итого		20,75	6,9	6,7	22,1	182
Ужин						
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	70	6,94	1,2	1,9	2,6	34
СУХАРНИК	150	18,34	9,4	13,8	13,4	214
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,78	0,2		6,4	26
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,04	3,2	0,4	20,7	99
Итого		27,09	14	16,1	43,1	373
Всего		136,48	51,2	59,2	185,7	1497

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.

Утверждаю

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



МЕНЮ

26 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	170	12,33	5,4	5,9	22,5	166
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	8,97	3,1	2,5	10,2	76
БАТОН	25	0,71	1,8	0,7	11,3	58
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,92		4		36
Итого		25,93	10,3	13,1	44	336
II Завтрак						
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	150	23,40	1,1	0,3	10,3	55
Итого		23,40	1,1	0,3	10,3	55
Обед						
МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ	30	1,63	0,4		1,8	10
СУП ОВСЯНОЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/5	10,63	4,3	7,1	7,1	112
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,27	2,8	1,7	17,8	98
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	12,09	5,8	7,2	2,3	97
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	20	1,45	0,4	2,1	1,5	27
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	1,30			7	28
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,47	1,5	0,1	10	47
Итого		31,85	15,2	18,2	47,5	419
Полдник						
РЯЖЕНКА	150	12,01	3,8	3,3	5,5	70
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,09	1	1,2	9,4	53
Итого		14,10	4,8	4,5	14,9	123
Ужин						
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	50	4,95	0,8	1,3	1,8	24
СУХАРНИК	130	16,96	8,6	11,5	8,6	172
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,74	0,1		6,4	26
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,84	2,6	0,3	16,5	80
Итого		23,48	12,1	13,1	33,3	302
Всего		118,76	43,5	49,2	150	1235

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.