

Утверждаю

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



МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	190	10,79	4,3	4,8	14,6	120
КАКАО С МОЛОКОМ	160	8,15	3	2,5	8,2	68
БАТОН	30	0,95	2,3	0,9	15	78
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,47		3,5		32
Итого		23,36	9,6	11,7	37,8	298
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	7,68	0,5	0,1	10,2	44
Итого		7,68	0,5	0,1	10,2	44
Обед						
САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	1,92	0,6	1,7	2,8	29
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА ТУШЕНКЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	17,53	4,8	6,9	16,8	154
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	10,84	2,5	2,7	18,2	108
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	60	20,80	14,9	4,6	1,8	127
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	1,61			6,5	26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,46	1,5	0,1	9,8	46
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,81	2,5	0,3	16,1	77
Итого		53,97	26,8	16,3	72	567
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	15	2,47	1,1	1,5	11,1	62
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	160	10,29	3,3	2,9	15	100
ЯБЛОКО	130	15,20	0,5	0,5	11,3	54
Итого		27,96	4,9	4,9	37,4	216
Ужин						
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	120	6,90	1,1	3,1	5,3	55
КРУАССАН С СЫРОМ	120	11,25	7,5	9	33,5	246
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,77	0,2		6,1	25
Итого		18,91	8,8	12,1	44,9	326
Всего		131,88	50,6	45,1	202,3	1451

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.

Утверждаю

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



МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	190	11,76	4,6	5,5	17,7	141
КАКАО С МОЛОКОМ	180	8,87	3,3	2,8	9,3	76
БАТОН	35	1,10	2,7	1	17,5	91
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,49		3,5		32
Итого		25,22	10,6	12,8	44,5	340
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	7,68	0,5	0,1	10,2	44
Итого		7,68	0,5	0,1	10,2	44
Обед						
САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	2,14	0,6	2,1	3,1	34
СВЕКОЛЬНИК С КАРТОФЕЛЕМ НА ТУШЕНКЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	21,13	5,8	9,2	19,4	188
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	13,90	3,2	3,7	23	139
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	70	25,12	18,1	5,3	1,8	149
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,66			7,4	29
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	1,03	3,3	0,3	22	104
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,02	3,1	0,4	20,1	97
Итого		66,00	34,1	21	96,8	740
Полдник						
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	12,04	3,8	3,3	18,6	120
ПЕЧЕНЬЕ	18	2,97	1,3	1,8	13,4	75
ЯБЛОКО	150	18,53	0,6	0,6	13,7	66
Итого		33,54	5,7	5,7	45,7	261
Ужин						
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	130	7,00	1,1	3,3	5,2	56
КРУАССАН С СЫРОМ	130	12,29	7,8	9,7	33,8	255
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,85	0,2		6,1	25
Итого		20,14	9,1	13	45,1	336
Всего		152,57	60	52,6	242,3	1721

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.