

Стоимость дня составляет:

Если _____ руб
сад _____ руб

Руководитель СП «Детский сад «Улыбка»
ГБОУ СОШ «ОЦ» с.Лопатино
Прытковская Н.А.

МЕНЮ

«08» октября 2025 г.

Сборник рецептов: Могильный и Тутельян, 2017 г.

Сборник рецептур: Могильный и Тутельян, 2017 г.								
№	№ техно л. карты	Наименование блюда	Выход блюд, г, ясли/сад	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК								
1	38	Омлет натуральный	90/100	0,7	0,75	1,25	196	0,25
2	52	Бутерброд с маслом и сыром	20/30 6/6 10/10	5	10	43	268	0
3	56	Какао на молоке	150/200	6	6	21	166	2
4	-	Икра кабачковая	40/50	0,4	3,5	3,5	25,6	0,2
	-	Сок фруктовый	100/100					
ОБЕД								
1	16	Борщ на м.к.б.	180/200	12	10	17	212	8
2	34	Пюре картофельное	130/150	6,23	3,98	2,96	77	0,78
3		Рыба порционная в сметанном соусе	50/55	6,23	3,98	2,96	77	0,78
4		Томат к.н.с.	40/40	0,42	2	0,84	33,96	4,4
5		Хлеб пшеничный	20/30	0,2	0,3	2	2,2	1
6		Хлеб ржаной	40/50	1,5	29	52	164	2
7	63	Компот	150/200	0,5	0	13,4	53,7	0,5
ПОЛДНИК								
1	-	Варенец	150/180	6	11	18	188	5
2	-	Печенье	17/27	7	9	2	25	3
		Морковь тертая с сахаром	40/40	0,3	0,3	0	10	41
УЖИН								
1	76	Ленивые вареники с творогом	130/150	11,5	8,1	46,7	320,9	2,5
2		Хлеб	20/20	0,2	0,3	2	164	2
3	62	Чай с сахаром	150/200	0,12	0	11,9	45,5	0,2
4	48	Соус сладкий	10/10	13,6	52,1	95,7	86,6	120
		Яблоко	95/100					
		Итого		76,98	150,4 3	363,91	2206,3	145,63

Завхоз

Троицкая С.В.

ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Лопатино
Прытыковская Н.А.

МЕНЮ» «07» октября 2025г

№ техн. л. карты	Наименование блюда	Выход блюд, г, ясли/сад	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамины С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК							
1	Каша молочная геркулесовая	150/200	3,14	1,56	16,9	87,21	2
50	Батон с повидлом и сливочным маслом	20/30 6/6 10/15	2,5 82,4	6,21 3,0	15,6 3	112,9 34,0	0,021
71	Кофейный напиток	150/200	0,3	0,08	112,	47,2	0
2-ОЙ ЗАВТРАК							
	Сок фруктовый	100/100					
ОБЕД							
14	Свекольник на м.к.б	180/200	14,3	8,4	24,8	220,7	7,9
74	Тефтели в томатном соусе	70/70	9,4	5,4	1,94	95	0,9
24	Гороховое пюре	110/120	28	4,9	28	160,9	15
	Салат из свежей капусты и моркови	40/40					
59	Напиток из шиповника	150/200	0,5	0,2	14,2	61	75
-	Хлеб пшеничный	30/40	0,3	0,4	3	3,5	1
-	Хлеб ржаной	40/ 50	1,5	29	52	164	2
ПОЛДНИК							
-	Снежок	150/180	3,8	3,2	4,8	320	0,8
-	Печенье	17/27	7	9	2	25	3
УЖИН							
36А	Булочка 70/80	130/150	19,7	13	69,9	458	0,5
	Яблоко	95/100	14	42	58	712	0,7
60	Чай с сахаром	150/200	0,1	-	12	45,5	0,75
	Всего	121,33	152,7 5	469,4 7	276 1,53	127,3 7	121,33

Троицкая С.В.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 628506515016902569792391934856447641823023447154

Владелец Чернов Алексей Михайлович

Действителен с 19.11.2024 по 19.11.2025