

Утверждаю

0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 662 Кронштадтского района  
/Новицкая Л.И./



## МЕНЮ

8 сентября 2023 г.

### Дети сад

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	45	3,9	5,6	16,2	125	0,1
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная (м), вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	180	3,7	6,7	26	179	0,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	150					0
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	0,8	1,3	8,7	53	0,3
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6					0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>8,4</b>	<b>13,6</b>	<b>50,9</b>	<b>357</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
УСП	ТК №54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	115	0,9	0,2	8,7	44	43,9
	ТК№020	ЯБЛОКО (яблоки (свежие), груши (свежие поздние))	70					0
<b>Итого</b>			<b>115</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,7</b>	<b>44</b>	<b>43,9</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	69		0,1	1,2	9	3,4
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, филе минтая, соль, укроп (свежий))	180/15/5	4,6	1,3	14,2	90	7,5
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (аллергики) (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка))	250/5					0
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (мясо цыплят бройлеров (тушки), масло подсолнечное, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)	150	8	12,3	27,3	266	1,8
2008	265	ПЛОВ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), рис, масло подсолнечное, лук репчатый, томат-паста)	180					0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6			8,4	34	0
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	2	0,3	16,8	57	0
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,9	1	21	81	0
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>16,5</b>	<b>15</b>	<b>88,9</b>	<b>537</b>	<b>12,7</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (мясо курицы (филе), картошка (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное, соль, сметана)	155	12,5	10,8	14,6	230	7,6
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) (мясо цыплят бройлеров (тушки), картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	165					0
2008	435	КЕФИР 2,5% (кефир 2,5%)	229	4,4	6,6	9,2	121	22,9
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6					0
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	2	0,3	16,8	57	0
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука, дрожжи, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир, яйцо, виноград сушеный (изюм), вода питьевая, масло подсолнечное)	70	4,4	4,9	40,6	222	0
<b>Итого</b>			<b>484</b>	<b>23,3</b>	<b>22,6</b>	<b>81,2</b>	<b>630</b>	<b>30,5</b>
<b>Всего</b>				<b>49,1</b>	<b>51,4</b>	<b>229,7</b>	<b>1568</b>	<b>83</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю



Директор

0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 662 Кронштадтского района

/Новицкая Л.И./

## МЕНЮ

8 сентября 2023 г.

### Дети ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	35	2,9	3,9	14	96	0,1
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (крупа манная (м), вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	135	2,8	5,6	20,7	145	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	110					0
УСП	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)	180	1,6	2,5	10,3	81	0,54
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	150/5					0
Итого			350	7,3	12	45	322	1,04
<b>II Завтрак</b>								
УСП	ТК№0 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	96	0,8	0,2	7,2	37	36,6
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) (яблоки (свежие))	97					0
Итого			96	0,8	0,2	7,2	37	36,6
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	58		0,1	1	8	2,9
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, филе минтая, укроп (свежий))	250/15/1	6,2	3,3	20,7	140	10,7
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики) (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая)	150					0
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (мясо цыплят бройлеров (тушки), масло сливочное несоленое 82,5% жир, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)	130	9,7	14,7	21,9	270	0,9
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	180	0,9	0,2	17,5	77	1,4
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,7	0,2	14	48	0
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	25	1,4	0,7	15	58	0
Итого			684	19,9	19,2	90,1	601	15,9
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (мясо говядина б/к (лопатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное, соль, томат-паста)	125	10	8,9	11,7	186	6
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) (мясо цыплят бройлеров (тушки), картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	165					0
2008	435	КЕФИР 2,5% (кефир 2,5%)	229	4,4	6,6	9,2	121	22,9
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,7	0,2	14	48	0
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука, дрожжи, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир, яйцо, виноград сушеный (изюм), вода питьевая, масло подсолнечное)	70	4,6	5,7	40,6	229	0
Итого			449	20,7	21,4	75,5	584	28,9
<b>Всего</b>				<b>48,7</b>	<b>52,8</b>	<b>217,8</b>	<b>1544</b>	<b>82,44</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.