

Утверждаю

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



МЕНЮ
 22 сентября 2023 г.
 Дети сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	40	3,5	4,7	18,2	114	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	3,1	6,2	22	157	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	150					0
УСП	TK№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	0,7	1,1	6,8	43	0,2
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6					0
Итого			400	7,3	12	45	314	0,7
II Завтрак								
УСП	TK № 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	92	0,7	0,2	6,9	35	35,1
	TK№0 20	ЯБЛОКО (яблоки (свежие), груши (свежие поздние))						0
Итого			92	0,7	0,2	6,9	35	35,1
Обед								
УСП	TK№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленные)	54		0,1	0,9	7	2,7
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	4,2	1,2	13,1	84	6,9
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)	140	7,1	11	27,5	251	1,6
2008	265	ПЛОВ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), рис, масло подсолнечное, лук репчатый, томат-паста)	175					0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6			8,4	34	0
УСП	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	2	0,3	16,8	57	0
УСП	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,9	1	21	81	0
Итого			645	15,2	13,6	87,7	514	11,2
Уплотненный полдник								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (мясо говядина б/к (лопатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное, соль, томат-паста)	145	11,9	10,5	13,7	219	7,2
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) (мясо цыплят бройлеров (тушки), картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	140					0
2008	435	КЕФИР 2,5% (кефир 2,5%)	176	3,3	5,1	7	93	17,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6					0
УСП	TK №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)	65	4	4,6	36,7	202	0
Итого			416	21,2	20,5	74,2	571	24,8
Всего				44,4	46,3	213,8	1434	71,8

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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

Директор
/Новицкая Л.И./



МЕНЮ 22 сентября 2023 г.

Дети ясли

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)</small>	35	2,6	3,4	13,8	88	0,1
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ <small>(крупа манная (м), вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	135	2,4	5,4	17,2	126	0,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) <small>(крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	110					0
УСП	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)</small>	180	1,4	2,1	8,6	69	0,42
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок)</small>	150/5					0
Итого			350	6,4	10,9	39,6	283	0,82
II Завтрак								
УСП	ТК№0 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ <small>(мандарины (свежие))</small>	77	0,6	0,2	5,8	29	29,2
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) <small>(яблоки (свежие))</small>						0
Итого			77	0,6	0,2	5,8	29	29,2
Обед								
УСП	ТК№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ <small>(огурцы соленые)</small>	45			0,8	6	2,3
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА <small>(картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, филе минтая, укроп (свежий))</small>	250/15/1	5,7	3	19,4	130	10,1
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики) <small>(картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая)</small>	150					0
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ <small>(мясо цыплят бройлеров (тушки), масло сливочное несоленое 82,5% жир, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)</small>	115	8,4	13	21,8	246	0,8
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(соки фруктовые)</small>	180	0,9	0,2	17,5	77	1,4
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,7	0,2	14	48	0
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	25	1,4	0,7	15	58	0
Итого			656	18,1	17,1	88,5	565	14,6
Уплотненный полдник								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ <small>(мясо говядина б\к (лопатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное, соль, томат-паста)</small>	115	9,4	8,2	11	173	5,6
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) <small>(мясо цыплят бройлеров (тушки), картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)</small>	150					0
2008	435	КЕФИР 2,5% <small>(кефир 2,5%)</small>	176	3,3	5,1	7	93	17,6
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,7	0,2	14	48	0
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" <small>(мука, дрожжи, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир, яйцо, виноград сушеный (изюм), вода питьевая, масло подсолнечное)</small>	70	4,2	5,9	37,1	216	0
Итого			386	18,6	19,4	69,1	530	23,2
Всего				43,7	47,6	203	1407	67,82

Диетсестра

Ивушкина Е.А.