

Утверждаю

0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 682 Кронштадтского района

Директор
/Новицкая Л.И./

МЕНЮ

20 ноября 2023 г.

Дети ясли

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	35	2,90	3,89	14,00	96,08	0,08
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	2,72	5,00	19,54	133,30	0,34
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82.5%жир)	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
УСП	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2.5% жир)	180	1,40	2,18	10,32	75,61	0,51
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			350	7,02	11,07	43,86	304,99	0,93
II Завтрак								
УСП	ТК№0 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) (яблоки (свежие))	97	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Итого			100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Обед								
УСП	ТК№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленные)	50	0,00	0,05	0,85	6,50	2,50
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	5,72	3,26	16,42	120,16	9,18
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергии) (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82.5%жир, вода питьевая)	150	2,16	1,72	11,52	70,20	7,20
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (мясо цыплят бройлеров (тушки), масло сливочное несоленое 82,5% жир, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)	130	9,78	14,80	21,26	268,46	0,97
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	180	0,94	0,24	17,48	76,58	1,41
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	25	1,35	0,73	15,00	57,50	0,00
Итого			676	19,45	19,30	85,01	576,70	14,06
Уплотненный полдник								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	90	2,46	2,09	11,93	74,93	0,00
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (мясо говядина б/к (попалка), морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, томат-паста, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)	50/50	11,27	11,55	6,22	204,69	0,78
2008	435	КЕФИР (кефир 2.5%)	150	2,85	4,35	6,00	79,50	15,00
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука, дрожжи, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир, яйцо, виноград сушеный (изюм), вода питьевая, масло подсолнечное)	75	4,89	5,49	41,11	232,00	0,00
Итого			440	23,13	23,70	79,26	638,62	15,78
Всего				50,40	54,27	215,63	1 558,31	68,77

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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

Директор

/Новицкая Л.И./

МЕНЮ

20 ноября 2023 г.

Дети сад

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	45	3,89	5,54	16,20	125,00	0,13
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	3,46	6,34	25,43	171,93	0,45
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	150	8,49	6,89	38,55	250,08	0,00
УСП	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	0,69	1,08	8,36	48,95	0,28
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			405	8,04	12,96	49,99	345,88	0,86
II Завтрак								
УСП	ТК № 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	120	0,96	0,24	9,00	45,60	45,60
	ТК№0 20	ЯБЛОКО (яблоки (свежие), груши (свежие поздние))	100	0,57	0,54	14,28	67,40	10,88
Итого			120	0,96	0,24	9,00	45,60	45,60
Обед								
УСП	ТК№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленные)	60	0,00	0,06	1,02	7,80	3,00
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	4,18	1,24	11,22	76,34	5,99
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (аллергии) (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5%жир, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка))	250/5	3,37	4,80	16,10	120,39	7,99
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (мясо цыплят бройлеров (тушки), масло подсолнечное, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)	150	8,00	12,32	27,21	266,67	1,75
2008	265	ПЛОВ (аллергии) (мясо говядина б/к (лопатка), рис, масло подсолнечное, лук репчатый, томат-паста)	180	14,80	13,97	29,99	330,40	1,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	1,99	0,26	16,80	57,00	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,89	1,02	21,00	80,50	0,00
Итого			661	16,06	14,90	86,65	522,31	10,74
Уплотненный полдник								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	130	3,46	2,94	16,80	105,50	0,00
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (мясо говядина б/к (лопатка), морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, томат-паста, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)	50/50	11,31	12,08	6,24	209,42	0,78
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	1,99	0,26	16,80	57,00	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука, дрожжи, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир, яйцо, виноград сушеный (изюм), вода питьевая, масло подсолнечное)	70	4,38	5,04	40,50	222,60	0,00
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5%)	150	2,85	4,35	6,00	79,50	15,00
Итого			480	23,99	24,67	86,34	674,02	15,78
Всего				49,05	52,77	230,98	1 587,81	72,98

Диетсестра

Ивушкина Е.А.