

Утверждаю

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

Директор

/Новицкая Л.И./



МЕНЮ 22 ноября 2023 г.

Дети ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с)	30	1,13	8,83	12,08	105,80	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (рис пшено, вода питьевая, молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5%жир, сахар-песок, соль)	150	2,96	7,02	18,84	157,01	0,59
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (рис, вода питьевая, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	155	2,09	8,29	31,29	193,61	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	185	0,00	0,00	5,50	21,11	0,02
Итого			365	4,09	15,85	36,42	283,92	0,61
II Завтрак								
		БАНАН СВЕЖИЙ (бананы (свежие))	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты свежие)	40	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), яйцо)	150/15	3,60	3,72	10,41	95,64	5,16
2008	290	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ (печень говяжья, батон нарезной из муки в/с, масло сливочное несоленое 82,5%жир, масло подсолнечное)	50	8,90	8,50	6,20	137,00	17,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	110	3,12	4,06	23,43	128,64	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	145	0,00	0,15	14,69	66,91	2,91
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,69	0,22	14,25	48,36	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	25	1,37	0,74	15,27	58,55	0,00
Итого			560	19,08	17,49	85,75	544,70	29,07
Уплотненный полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (творог 9% жир, соль, крупа манная (м), сахар-песок, яйцо, виноград сушеный (изюм), масло сливочное несоленое 82,5%жир, сухари панировочные, сметана 15% жир, масло подсолнечное)	150	12,75	13,24	35,43	352,95	0,22
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (масло сливочное несоленое 82,5%жир, соль, сахар-песок, молоко 2,5% жир, ванилин, мука, вода питьевая)	50	0,59	2,82	5,28	48,19	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко 2,5% жир)	172	2,81	4,40	8,27	105,66	0,94
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье)	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			392	18,95	24,06	63,88	601,20	1,29
Всего				43,62	57,90	207,05	1 525,82	34,97

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 562 Кронштадтского района

Директор
Новицкая Л.И./

МЕНЮ

22 ноября 2023 г.

Дети сад

Сборник рецептов	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ <small>(масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с)</small>	35	1,37	4,60	15,06	85,65	0,00
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>(молоко 2,5% жир, вода питьевая, макароны в/с, масло сливочное несоленое 82,5%жир, сахар-песок)</small>	180	3,21	5,53	19,24	146,54	0,48
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) <small>(рис, вода питьевая, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир)</small>	155	2,29	4,33	25,57	143,11	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок)</small>	180/6	0,00	0,00	4,20	15,49	0,03
Итого			401	4,58	10,13	38,50	247,68	0,51
II Завтрак								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ <small>(бананы (свежие))</small>	100	1,00	0,50	21,00	95,98	10,00
Итого			100	1,00	0,50	21,00	95,98	10,00
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ <small>(помиды свежие)</small>	40	0,00	0,08	1,53	9,63	10,04
2008	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ <small>(картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5%жир, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), батон нарезной из муки в/с)</small>	180	1,38	1,99	12,45	71,48	6,27
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ (аллергики) <small>(картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5%жир, вода питьевая, окорок куриный)</small>	250/11	4,04	5,75	19,02	145,36	9,59
2008	290	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ <small>(печень говяжья, батон нарезной из муки в/с, масло сливочное несоленое 82,5%жир, масло подсолнечное)</small>	70	12,46	11,90	8,68	191,80	23,80
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) <small>(мясо говядина б/к (лопатка), лук репчатый, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)</small>	50/50	10,73	11,79	2,02	179,29	0,08
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>(крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)</small>	130	4,40	4,55	33,04	172,93	0,00
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ <small>(клюква замороженная, вода питьевая, сахар-песок)</small>	200	0,00	0,00	3,87	15,48	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	35	2,32	0,31	19,62	66,58	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	35	1,89	1,02	21,02	80,59	0,00
Итого			690	22,45	19,85	100,21	608,49	40,11
Уплотненный полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА <small>(творог 9% жир, соль, крупа манная (м), сахар-песок, яйцо, виноград сушеный (изюм), масло сливочное несоленое 82,5%жир, сухари панировочные, сметана 15% жир, масло подсолнечное)</small>	165	13,13	13,31	36,25	360,92	0,24
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) <small>(рис, вода питьевая, сахар-песок, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)</small>	150	2,20	4,40	25,50	150,00	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) <small>(молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5%жир, мука, вода питьевая, сахар-песок, соль, ванилин)</small>	50	0,59	2,45	5,66	46,99	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко 2,5% жир)</small>	203	3,31	5,16	9,71	123,91	1,11
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок)</small>	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье)</small>	30	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			448	19,31	23,92	77,62	642,82	1,48
Всего				47,34	54,40	237,33	1 594,97	52,10

Диетсестра

Ивушкина Е.А.