

Утверждаю

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

Директор

МЕНЮ
4 декабря 2023 г.
Дети сад



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 ДЖЕМОМ <small>(джем, батон нарезной из муки в/с, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	45	1,61	4,81	30,82	147,90	8,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(крупа манная (м), вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	180	3,46	6,34	25,43	171,93	0,45
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) <small>(крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	150	8,49	6,89	38,55	250,08	0,00
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)</small>	180	0,69	1,08	8,36	48,95	0,28
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
Итого			405	5,76	12,23	64,61	368,78	8,73
II Завтрак								
УСП	ТК №54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ <small>(мандарины (свежие))</small>	120	0,96	0,24	9,00	45,60	45,60
	ТК№020	ЯБЛОКО <small>(яблоки (свежие), груши (свежие поздние))</small>	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№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ <small>(огурцы соленые)</small>	60	0,00	0,06	1,02	7,80	3,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА <small>(картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, филе минтая, соль, укроп (свежий))</small>	180/15/5	4,42	1,29	13,25	85,98	7,03
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (аллергики) <small>(картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка))</small>	250/5	3,74	4,88	19,26	135,33	9,59
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ <small>(мясо цыплят бройлеров (тушки), масло подсолнечное, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)</small>	150	8,00	12,32	27,21	266,67	1,75
2008	265	ПЛОВ (аллергики) <small>(мясо говядина б/к (лопатка), рис, масло подсолнечное, лук репчатый, томат-паста)</small>	180	14,80	13,97	29,99	330,40	1,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок)</small>	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	30	1,99	0,26	16,80	57,00	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	35	1,89	1,02	21,00	80,50	0,00
Итого			661	16,30	14,95	87,68	531,95	11,78
Уплотненный полдник								
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ <small>(свекла (свежая), масло сливочное несоленое 82,5% жир, сахар-песок)</small>	120	1,92	4,48	12,48	97,41	5,28
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) <small>(мясо говядина б/к (лопатка), батон нарезной из муки в/с, вода питьевая, сухари панировочные, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)</small>	70	8,44	7,56	11,41	155,71	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	30	1,99	0,26	16,80	57,00	0,00
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	4,38	5,04	40,50	222,60	0,00
2008	435	КЕФИР <small>(кефир 2,5%)</small>	150	2,85	4,35	6,00	79,50	15,00
Итого			440	19,58	21,69	87,19	612,22	20,28
Всего				42,60	49,11	248,48	1 558,55	86,39

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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

Директор
/Новицкая Л.И./

МЕНЮ

4 декабря 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	3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной из муки в/с, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	35	1,36	4,70	22,55	115,79	4,67
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 (аллергики) (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 (аллергики) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			350	5,48	11,88	52,41	324,70	5,52
II Завтрак								
УСП	ТК№0 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) (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 соленые)	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	6,09	3,34	19,58	135,10	10,78
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики) (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	19,82	19,38	88,17	591,64	15,66
Уплотненный полдник								
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла (свежая), масло сливочное несоленое 82,5% жир, сахар-песок)	120	1,92	4,48	12,48	97,41	5,28
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (мясо говядины б/к (лопатка), батон нарезной из муки в/с, вода питьевая, сухари панировочные, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	60	7,25	7,76	9,83	143,50	0,00
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			430	18,57	22,30	83,42	599,91	20,28
Всего				44,67	53,76	231,50	1 554,25	79,46

Диетсестра

Ивушкина Е.А.