

Утверждаю

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

Директор

/Новицкая Л.И./

МЕНЮ

20 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 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое 82,5% жир. батон нарезной из муки в/с) | 25 | 1,11 | 4,71 | 12,04 | 75,90 | 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 | 3,18 | 4,49 | 19,91 | 146,42 | 0,66 |
| 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 | 5,04 | 19,36 | 0,02 |
| Итого | | | 360 | 4,29 | 9,20 | 36,99 | 241,68 | 0,68 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | ТК№0 10 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки (свежие)) | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,66 | 70,31 | 14,96 |
| Итого | | | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,66 | 70,31 | 14,96 |
| 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 | 3,61 | 3,39 | 10,55 | 93,97 | 5,24 |
| 2008 | 290 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ (печень говяжья, батон нарезной из муки в/с, масло сливочное несоленое 82,5% жир. масло подсолнечное) | 50 | 8,81 | 8,41 | 6,14 | 135,60 | 16,83 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир.) | 110 | 3,32 | 2,23 | 24,94 | 121,88 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые) | 150 | 0,00 | 0,15 | 15,15 | 69,00 | 3,00 |
| 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 | | | 565 | 19,15 | 15,23 | 87,28 | 535,05 | 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 | 13,16 | 11,78 | 37,23 | 351,98 | 0,23 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (масло сливочное несоленое 82,5% жир. соль, сахар-песок, молоко 2,5% жир. ванилин, мука, вода питьевая) | 50 | 0,64 | 1,72 | 6,45 | 45,58 | 0,15 |
| | | ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ (печенье) | 20 | 2,80 | 3,60 | 14,90 | 94,40 | 0,00 |
| 2008 | 435 | РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жир.) | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,40 | 80,00 | 1,00 |
| | ТК№0 06 | БАНАН СВЕЖИЙ (бананы (свежие)) | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96,00 | 4,00 |
| Итого | | | 520 | 24,10 | 19,60 | 87,98 | 667,96 | 5,33 |
| Всего | | | | 48,14 | 44,63 | 226,91 | 1 515,00 | 50,01 |

Диетсестра

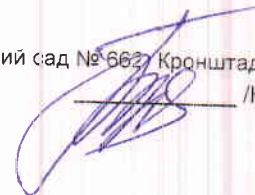
Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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

Директор

МЕНЮ
20 декабря 2023 г.
Дети сад



| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое 82.5% жир, батон нарезной из муки в/с) | 30 | 1,36 | 2,79 | 15,02 | 72,45 | 0,00 |
| 2008 | 112 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко 2.5% жир, вода питьевая, макароны в/с, масло сливочное несоленое 82.5% жир, сахар-песок) | 180 | 3,08 | 4,14 | 17,61 | 131,07 | 0,53 |
| 2008 | 184 | КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (рис, вода питьевая, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82.5% жир) | 155 | 2,27 | 2,32 | 25,55 | 128,61 | 0,00 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар-песок) | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 5,29 | 19,71 | 0,04 |
| Итого | | | 396 | 4,44 | 6,93 | 37,92 | 223,23 | 0,57 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | ТК №010 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки (свежие)) | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 | 15,00 |
| Итого | | | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 | 15,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты свежие) | 40 | 0,00 | 0,08 | 1,53 | 9,64 | 10,04 |
| 2008 | 97 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82.5% жир, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (попатка), батон нарезной из муки в/с) | 180 | 1,34 | 1,12 | 12,70 | 66,36 | 6,39 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ (аллергики) (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82.5% жир, вода питьевая, окорок куриный) | 250/11 | 3,99 | 5,76 | 19,51 | 147,92 | 9,84 |
| 2008 | 290 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ (печень говяжья, батон нарезной из муки в/с, масло сливочное несоленое 82.5% жир, масло подсолнечное) | 70 | 12,21 | 11,66 | 8,51 | 187,96 | 23,32 |
| 2008 | 257 | МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (мясо говядина б/к (попатка), лук репчатый, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок) | 50/50 | 10,75 | 11,80 | 2,37 | 180,94 | 0,17 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82.5% жир) | 130 | 4,67 | 3,11 | 35,05 | 171,08 | 0,00 |
| 2008 | 437 | НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (клюква замороженная, вода питьевая, сахар-песок) | 200 | 0,00 | 0,00 | 4,93 | 19,70 | 0,00 |
| УСП | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный) | 35 | 2,32 | 0,31 | 19,60 | 66,50 | 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 | | | 690 | 22,43 | 17,30 | 103,32 | 601,74 | 39,75 |
| 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) | 170 | 13,60 | 11,51 | 36,04 | 349,50 | 0,25 |
| 2008 | 324 | КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (рис, вода питьевая, сахар-песок, соль, масло сливочное несоленое 82.5% жир) | 150 | 2,20 | 4,40 | 25,50 | 150,00 | 0,00 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (молоко 2.5% жир, масло сливочное несоленое 82.5% жир, мука, вода питьевая, сахар-песок, соль, ванилин) | 50 | 0,63 | 1,52 | 6,12 | 42,78 | 0,15 |
| 2008 | 435 | РЯЖЕНКА (ряженка 2.5% жир) | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,40 | 108,00 | 0,60 |
| | ТК №018 | ПЕЧЕНЬЕ (печенье) | 30 | 2,28 | 3,00 | 26,00 | 111,00 | 0,00 |
| | ТК №020 | БАНАН СВЕЖИЙ (бананы (свежие)) | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96,00 | 4,02 |
| Итого | | | 550 | 23,81 | 21,53 | 97,56 | 707,28 | 6,02 |
| Всего | | | | 51,28 | 46,36 | 253,50 | 1 602,75 | 60,34 |

Диетсестра _____

Ивушкина Е.А.