

Утверждаю

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



МЕНЮ
22 декабря 2023 г.
Дети ясли

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной из муки в/с)	40	1,17	0,60	23,54	90,97	6,33
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (хлопья овсяные (геркулес), вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	140	2,01	4,66	14,75	117,60	0,38
УСП		ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)	180	1,42	2,21	6,86	62,85	0,51
Итого			360	4,60	7,47	45,15	271,42	7,22
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ (йогурт фруктовый 2,5% жир)	150	3,75	3,75	6,77	84,77	1,05
Итого			150	3,75	3,75	6,77	84,77	1,05
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель (поздний), свекла (свежая), морковь свежая, огурцы соленые, капуста квашеная, лук зелёный, масло подсолнечное)	65	0,25	5,37	4,55	68,25	8,70
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (сметана 15% жир, капуста свежая, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, горошек зелёный (консерв), масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, соль, петрушка свежая, мясо говядина б/к (лопатка))	150/10/5	3,09	2,86	7,45	72,23	5,56
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (печень говяжья, мука, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, томат-паста)	45/30	9,60	6,45	5,50	135,57	0,46
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель (поздний), молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль, морковь свежая)	130	1,81	2,82	15,29	95,00	6,80
УСП	ТК№0 27	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (плоды шиповника, сахар-песок, вода питьевая)	150	0,00	0,13	6,65	34,47	0,09
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,32	0,18	11,20	38,00	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			630	17,42	18,54	65,64	501,02	21,61
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ (творог 9% жир, соль, сметана 15% жир, яйцо, сахар-песок, мука, молоко 2,5% жир, масло подсолнечное)	140	20,73	12,27	22,23	286,34	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жир)	200	6,00	2,00	8,40	80,00	1,00
2008		ПРЯНИКИ (пряники)	30	1,14	1,41	22,50	109,80	0,00
	ТК№0 10	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки (свежие))	179	0,72	0,72	17,54	84,10	17,89
Итого			549	28,59	16,40	70,67	560,24	18,89
Всего				54,36	46,16	188,23	1 417,45	48,77

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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

Директор
Новицкая Л.И./**МЕНЮ**
22 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (батон нарезной из муки в/с джем)	50	1,74	0,89	31,95	123,36	3,16
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (хлопья овсяные (геркулес), вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	175	2,79	6,07	20,21	158,44	0,46
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии) (рис, вода питьевая, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	155	2,22	2,32	25,78	129,16	0,00
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,01	1,57	7,02	52,71	0,37
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	5,54	8,53	59,18	334,51	3,99
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ (йогурт фруктовый 2,5% жир)	190	4,75	4,75	8,57	107,37	1,33
Итого			190	4,75	4,75	8,57	107,37	1,33
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ (лук репчатый, картофель (поздний), свекла (свежая), морковь свежая, огурцы соленые, капуста квашеная, масло подсолнечное, соль, сельдь соленая неразделанная)	70/40	6,99	11,44	4,09	173,11	6,07
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (окорок куриный, сметана 15% жир, капуста свежая, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, горошек зеленый (консерв), масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, петрушка свежая, соль)	180/10/8	3,21	4,67	8,17	94,06	6,31
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ, СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии) (капуста свежая, картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, сметана 15% жир, горошек зеленый (консерв), мясо говядина б/к (лопатка), петрушка свежая)	200/5	3,36	4,18	12,97	97,98	9,05
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (печень говяжья, масло сливочное несоленое 82,5% жир, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок, томат-паста)	65/30	10,54	7,21	9,16	163,28	0,44
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергии) (мясо говядина б/к (лопатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное, томат-паста)	200	9,11	9,60	18,07	211,03	9,35
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель (поздний), молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль, морковь свежая)	130	1,81	3,05	15,29	96,68	6,80
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (плоды шиповника, сахар-песок, вода питьевая)	180	0,00	0,16	9,02	47,02	0,12
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,00	47,50	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			773	26,10	27,77	80,73	702,15	19,74
Уплотненный полдник								
2008	227	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ (творог 3% жир, соль, сметана 15% жир, яйцо, сахар-песок, мука, молоко 2,5% жир, масло подсолнечное)	140	20,52	12,15	22,01	283,50	0,00
УСП	ТК№018	ПРЯНИКИ (пряники)	30	1,11	1,37	21,33	106,51	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жир)	200	6,00	2,00	8,40	80,00	1,00
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки (свежие))	179	0,72	0,72	17,53	84,06	17,89
Итого			549	28,35	16,24	69,77	554,07	18,89
Всего				64,74	57,29	218,25	1 698,10	43,95

Диетсестра

Ивушкина Е.А.