

Утверждаю

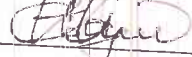
0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 662 Юлиноградского района
 Директор
 /Новицкая Л.И./

МЕНЮ
 17 января 2024 г.

Дети сад



Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)</small>	45	3,69	5,15	16,19	119,75	0,12
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	3,49	6,46	25,49	173,67	0,46
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	0,71	1,11	8,27	49,75	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	7,89	12,72	49,95	343,17	0,86
II Завтрак								
УСП	ТК № 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ <small>(мандарины (свежие))</small>	104	0,83	0,21	7,79	39,46	39,46
	ТК№020	ЯБЛОКО <small>(яблоки (свежие), груши (свежие поздние))</small>		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			104	0,83	0,21	7,79	39,46	39,46
Обед								
УСП	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ <small>(огурцы соленые)</small>	39	0,00	0,04	0,67	5,11	1,96
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	4,74	1,31	13,34	88,25	7,02
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	3,76	4,88	19,62	137,11	9,72
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ <small>(мясо цыплят бройлеров (тушки), масло подсолнечное, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)</small>	160	8,03	12,32	27,78	269,55	1,93
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	21,02	80,58	0,00
Итого			660	16,66	14,95	88,01	534,49	10,91
Уплотненный полдник								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ <small>(мясо говядина б/к (лопатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное, соль, томат-паста)</small>	150	12,37	10,87	13,76	226,17	7,12
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) <small>(мясо цыплят бройлеров (тушки), картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)</small>	150	11,73	17,55	17,16	289,32	9,33
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	4,55	5,07	42,10	230,03	0,00
2008	435	КЕФИР <small>(кефир 2,5%)</small>	149	2,84	4,33	5,97	79,15	14,93
Итого			399	21,75	20,53	78,63	592,35	22,05
Всего				47,12	48,41	224,38	1 509,47	73,28

Диетсестра  Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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

Директор

МЕНЮ
17 января 2024 г.
Дети ясли



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)</small>	35	2,73	3,57	14,00	91,84	0,08
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ <small>(крупа манная (м), вода питьевая, молоко 2,5% жир. соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	135	2,74	5,26	20,43	139,20	0,35
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) <small>(крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
УСП	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)</small>	180	1,43	2,23	9,30	72,99	0,50
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок)</small>	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			350	6,90	11,06	43,73	304,03	0,93
II Завтрак								
УСП	ТК№0 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ <small>(мандарины (свежие))</small>	86	0,69	0,17	6,46	32,73	32,73
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) <small>(яблоки (свежие))</small>		0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Итого			86	0,69	0,17	6,46	32,73	32,73
Обед								
УСП	ТК№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ <small>(огурцы соленые)</small>	33	0,00	0,03	0,56	4,25	1,64
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА <small>(картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, филе минтая, укроп (свежий))</small>	250/15/1	6,52	3,36	19,58	137,34	10,10
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики) <small>(картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая)</small>	150	2,16	1,72	11,52	70,20	7,20
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ <small>(мясо цыплят бройлеров (тушки), масло сливочное несоленое 82,5% жир, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)</small>	135	9,76	14,46	21,67	267,76	1,03
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(соки фруктовые)</small>	187	0,94	0,24	17,48	76,58	1,41
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,68	0,22	14,18	48,13	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	25	1,37	0,73	15,20	58,26	0,00
Итого			671	20,27	19,04	88,67	592,32	14,18
Уплотненный полдник								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ <small>(мясо говядина б/к (попатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное, соль, томат-паста)</small>	120	9,88	8,97	10,94	183,15	5,66
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) <small>(мясо цыплят бройлеров (тушки), картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)</small>	160	12,21	22,17	17,20	326,86	9,36
2008	435	КЕФИР <small>(кефир 2,5%)</small>	149	2,84	4,33	5,97	79,15	14,93
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,68	0,22	14,18	48,13	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	4,66	5,25	42,60	234,57	0,00
Итого			364	19,06	18,77	73,69	545,00	20,59
Всего				46,92	49,04	212,55	1 474,08	68,43

Диетсестра

Ивушкина Е.А.