

Утверждаю

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



## МЕНЮ

### 19 января 2024 г.

### Дети ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ <small>(масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с)</small>	30	1,08	7,98	11,47	97,52	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" <small>(рис, пшено, вода питьевая, молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5%жир, сахар-песок, соль)</small>	150	2,82	6,47	13,61	151,01	0,57
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) <small>(рис вода питьевая, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир)</small>	155	2,09	8,29	31,29	193,61	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок)</small>	186	0,00	0,00	6,09	23,23	0,03
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>3,90</b>	<b>14,45</b>	<b>36,17</b>	<b>271,76</b>	<b>0,60</b>
<b>II Завтрак</b>								
		БАНАН СВЕЖИЙ <small>(бананы (свежие))</small>	101	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>101</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ <small>(томаты свежие)</small>	39	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ <small>(картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), яйцо)</small>	150/15	2,77	3,30	10,23	86,57	5,07
2008	290	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ <small>(печень говяжья, батон нарезной из муки в/с, масло сливочное несоленое 82,5%жир, масло подсолнечное)</small>	50	8,72	8,33	6,08	134,26	16,66
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>(крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)</small>	110	3,43	4,47	25,76	141,51	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(соки фруктовые)</small>	150	0,00	0,15	15,15	69,00	3,00
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	23	1,24	0,67	13,80	52,90	0,00
<b>Итого</b>			<b>562</b>	<b>18,22</b>	<b>17,24</b>	<b>86,52</b>	<b>541,34</b>	<b>28,73</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
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>	155	12,96	13,88	38,05	368,29	0,23
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) <small>(масло сливочное несоленое 82,5%жир, соль, сахар-песок, молоко 2,5% жир, ванилин, мука, вода питьевая)</small>	50	0,60	2,22	6,71	49,44	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ <small>(молоко 2,5% жир)</small>	166	2,72	4,25	7,99	102,02	0,91
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ <small>(печенье)</small>	21	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>392</b>	<b>19,08</b>	<b>23,95</b>	<b>67,65</b>	<b>614,15</b>	<b>1,27</b>
<b>Всего</b>				<b>42,70</b>	<b>56,14</b>	<b>211,34</b>	<b>1 523,25</b>	<b>34,60</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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

Директор  
/Новицкая Л.И./

**МЕНЮ**  
**19 января 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое 82.5%жир, батон нарезной из муки в/с)	35	1,27	4,80	13,84	82,80	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	2,87	5,15	16,97	132,67	0,46
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (рис, вода питьевая, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82.5%жир)	155	2,29	4,33	25,57	143,11	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6	0,00	0,00	5,70	21,07	0,04
<b>Итого</b>			<b>401</b>	<b>4,14</b>	<b>9,95</b>	<b>36,51</b>	<b>236,54</b>	<b>0,50</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ (бананы (свежие))	101	1,01	0,50	21,14	93,62	10,06
<b>Итого</b>			<b>101</b>	<b>1,01</b>	<b>0,50</b>	<b>21,14</b>	<b>96,62</b>	<b>10,06</b>
<b>Обед</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты свежие)	39	0,00	0,08	1,48	9,37	9,76
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 (лопатка), батон нарезной из муки в/с)	180	1,29	1,91	12,17	69,60	6,11
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ (аллергики) (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82.5%жир, вода питьевая, окорок куринный)	250/10	3,93	5,75	18,68	143,97	9,44
2008	290	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ (печень говяжья, батон нарезной из муки в/с, масло сливочное несоленое 82.5%жир, масло подсолнечное)	70	12,34	11,78	8,59	189,88	23,56
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), лук репчатый, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)	40/50	7,36	9,22	2,53	137,76	0,17
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82.5%жир)	130	4,81	4,49	36,08	185,31	0,00
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (клюква замороженная, вода питьевая, сахар-песок)	200	0,00	0,00	5,27	21,06	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	34	2,26	0,30	19,15	64,96	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	32	1,75	0,94	19,41	74,41	0,00
<b>Итого</b>			<b>685</b>	<b>22,45</b>	<b>19,50</b>	<b>102,15</b>	<b>614,59</b>	<b>39,43</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
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	13,20	12,90	38,20	364,92	0,24
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	0,60	2,21	6,33	47,88	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко 2.5% жир)	196	3,19	4,99	9,37	119,65	1,07
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	31	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>19,27</b>	<b>23,10</b>	<b>79,90</b>	<b>643,45</b>	<b>1,44</b>
<b>Всего</b>				<b>46,87</b>	<b>53,05</b>	<b>239,70</b>	<b>1 591,20</b>	<b>51,43</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.