

Утверждаю

0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 662 Кройиладского района
 Директор
 Ивушкина Л.И./



МЕНЮ
 30 января 2024 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с)	35	1,65	5,00	18,04	98,90	0,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	50	0,60	2,05	11,11	35,89	2,22
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	140	6,67	17,89	2,36	207,88	0,21
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (крупа гречневая, вода питьевая, сахар-песок, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	130	2,76	4,22	22,57	125,65	0,00
УСП	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,51	2,35	12,41	90,05	0,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			405	10,43	27,29	43,94	432,72	2,90
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	180	0,00	0,18	18,18	82,80	3,60
Итого			180	0,00	0,18	18,18	82,80	3,60
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное, соль)	50	0,66	6,29	6,44	84,86	3,26
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (сметана 15% жир, капуста квашеная, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка), чеснок свежий, соль)	200/5	3,32	5,88	6,08	98,94	7,07
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (окороч куриный, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)	80	3,39	14,18	0,00	179,66	0,58
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), лук репчатый, масло подсолнечное, томат-паста, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)	50/50	10,93	11,03	3,04	177,72	0,85
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	130	3,65	2,94	28,74	155,10	0,00
УСП	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напитки витаминизированные сухие, вода питьевая)	180	0,00	0,00	1,34	5,58	0,46
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			705	19,53	30,53	77,60	652,14	11,37
Уплотненный полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь свежая, репа свежая, горошек зеленый (консерв), капуста свежая, кабачки, сахар-песок, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)	160	1,41	1,30	13,21	72,54	5,92
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	180	5,22	4,50	7,56	97,19	0,54
УСП	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки (свежие))	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир, яйцо, соль, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное, творог 9% жир)	70	6,97	6,49	32,78	229,01	0,07
Итого			535	15,65	12,91	77,35	493,24	16,53
Всего			405	10,43	27,29	43,94	432,72	2,90
Итого			180	0,00	0,18	18,18	82,80	3,60
Итого			705	19,53	30,53	77,60	652,14	11,37
Итого			535	15,65	12,91	77,35	493,24	16,53
Итого			405	10,43	27,29	43,94	432,72	2,90

Диетсестра  Ивушкина Е.А.

Утверждаю

0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 652 Краснодартского района

Директор

Новицкая Л.И./

МЕНЮ

30 января 2024 г.

Дети ясли



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ <small>(масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с)</small>	30	1,13	8,73	12,08	105,80	0,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО <small>(горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)</small>	40	0,50	1,65	9,27	29,70	5,03
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)</small>	110	7,02	8,51	1,49	92,27	0,17
УСП	ТК№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)</small>	180	1,83	2,32	11,01	92,85	0,57
Итого			360	10,48	21,27	33,85	320,62	5,77
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(соки фруктовые)</small>	150	0,00	0,15	15,15	69,00	3,00
Итого			150	0,00	0,15	15,15	69,00	3,00
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ <small>(картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное)</small>	50	0,66	6,48	6,28	85,72	3,62
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ <small>(капуста квашеная, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5%жир, вода питьевая, соль, мясо говядина б/л (лопатка), сметана 15% жир)</small>	150/15/3	3,80	4,32	4,42	70,85	5,34
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ <small>(мясо цыплят бройлеров (тушки), масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)</small>	75	5,71	7,07	10,92	138,44	0,46
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ <small>(макаронны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)</small>	110	2,87	3,62	22,60	131,39	0,00
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ <small>(сок персиковый)</small>	150	0,45	0,00	24,75	102,00	9,00
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	20	1,32	0,18	11,20	38,00	0,00
УСП	ТК№0 03	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	25	1,35	0,73	15,00	57,50	0,00
Итого			598	16,16	22,40	95,17	623,90	18,42
Уплотненный полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ <small>(морковь свежая, репа свежая, горошек зеленый (консерв), капуста свежая, сахар-песок, капуста цветная, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)</small>	130	1,09	0,92	9,63	51,36	4,56
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% <small>(ряженка 2,5% жир)</small>	180	5,21	4,49	7,54	96,99	0,54
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 10	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ <small>(яблоки (свежие))</small>	150	0,60	0,60	14,67	70,34	14,97
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ <small>(мука, сахар-песок, яйцо, дрожжи, вода питьевая, соль, творог 9% жир, ванилин, масло подсолнечное)</small>	55	4,42	2,48	21,48	130,52	0,03
Итого			540	12,98	8,71	57,32	396,71	20,10
Всего				39,62	52,53	211,49	1 410,23	47,29

Диетсестра

Изушкина Е.А.