

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 февраля 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ <small>(масло сливочное несоленое 82,5% жир, батон нарезной из муки в/с)</small>	30	1,13	8,83	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	1,66	9,27	29,70	5,03
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)</small>	110	7,05	14,03	2,01	180,96	0,16
УСП	ТК№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)</small>	180	1,83	2,86	11,01	92,85	0,57
Итого			360	10,51	27,38	34,37	409,31	5,76
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 говядины б/к (лопатка), сметана 15% жир)</small>	150/15/3	3,80	4,53	4,42	83,52	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	6,80	12,56	10,92	203,62	0,46
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ <small>(макарони 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	17,25	28,10	95,17	701,75	18,42
Уплотненный полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ <small>(морковь свежая, горошек зеленый (консерв), капуста свежая, сахар-песок, капуста цветная, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)</small>	130	1,01	0,92	9,96	53,75	4,95
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% <small>(ряженка 2,5% жир)</small>	180	5,22	4,50	7,56	97,20	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	4,73	2,48	21,48	137,50	0,03
Итого			540	13,22	8,72	67,67	406,29	20,49
Всего				40,98	64,35	212,36	1 586,35	47,67

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
13 февраля 2024 г.
Дети сад

Сборник рецептов	№ 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 <small>(масло сливочное несоленое 82,5% жир, батон нарезной из муки в/с)</small>	35	1,65	5,00	18,04	98,90	0,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО <small>(горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)</small>	50	0,60	2,05	11,11	35,95	2,23
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	140	6,67	17,88	2,38	207,70	0,21
УСП	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)</small>	180	1,51	2,35	12,37	89,83	0,47
Итого			405	10,43	27,28	43,90	432,38	2,91
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(соки фруктовые)</small>	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 <small>(картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное, соль)</small>	50	0,68	6,29	6,44	84,85	3,26
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ <small>(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)</small>	200/5	3,31	5,87	6,09	98,92	7,08
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ <small>(окорок куриный, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)</small>	80	8,38	14,17	0,00	179,52	0,58
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>(макаронны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	130	3,65	2,94	28,74	155,10	0,00
УСП	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ <small>(напитки витаминизированные сухие, вода питьевая)</small>	180	0,00	0,00	1,34	5,58	0,46
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	35	1,89	1,02	21,00	80,50	0,00
Итого			705	19,57	30,51	77,61	651,97	11,38
Уплотненный полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ <small>(морковь свежая, картофель (поздний), горошек зеленый (консерв), капуста свежая, кабачки, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)</small>	160	1,70	1,38	14,62	80,68	7,89
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% <small>(ряженка 2,5% жир)</small>	180	5,22	4,50	7,56	97,18	0,54
УСП	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ <small>(яблоки (свежие))</small>	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ <small>(мука, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир, яйцо, соль, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное, творог 9% жир)</small>	70	7,01	6,55	32,80	229,61	0,07
Итого			535	15,99	13,05	78,78	501,98	18,50
Всего				45,99	71,02	218,47	1 669,13	36,39

Диетсестра _____ Ивушкина Е.А.