

МЕНЮ

29 февраля 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	45	3,89	5,55	16,20	125,07	0,13
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная (м), вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	180	3,46	6,34	25,42	171,92	0,45
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	150	8,49	6,89	38,55	250,08	0,00
УСП	ТК №040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	0,69	1,08	8,42	49,19	0,29
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	8,04	12,97	50,04	346,18	0,87
II Завтрак								
УСП	ТК №54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	120	0,96	0,24	9,00	45,61	45,61
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) (яблоки (свежие))	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			120	0,96	0,24	9,00	45,61	45,61
Обед								
УСП	ТК №017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	60	0,00	0,06	1,02	7,80	3,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, филе минтая, соль, укроп (свежий))	180/15/5	4,42	1,29	13,26	85,98	7,05
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (аллергики) (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка))	250	5,17	5,95	19,42	154,34	9,65
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (окорок куриный, масло подсолнечное, капуста цветная, морковь свежая, капуста свежая, томат-паста, лук репчатый, мука)	175	9,97	16,27	7,60	231,36	3,65
	ТК №042	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (абрикосы сушеные (курага), сахар-песок, крахмал картофельный, кислота лимонная, вода питьевая)	180	0,01	0,08	33,54	105,87	0,43
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	1,99	0,26	16,80	57,00	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			680	18,28	18,98	93,22	568,51	14,13
Уплотненный полдник								
2008	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ (яйцо, молоко 2,5% жир, морковь свежая, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	120	8,45	16,56	4,34	199,92	2,28
2008	435	КЕФИР 2.5% (кефир 2,5%)	200	3,80	5,80	8,00	106,00	20,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	1,99	0,26	16,80	57,00	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука, дрожжи, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир, яйцо, виноград сушеный (изюм), вода питьевая, масло подсолнечное)	70	4,39	5,00	40,48	222,23	0,00
Итого			420	18,63	27,62	69,62	585,15	22,28
Всего				45,91	59,81	221,88	1 545,45	82,89

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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



Директор

Новицкая Л.И./

МЕНЮ

29 февраля 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)</small>	35	2,94	3,95	14,14	97,40	0,09
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	2,72	5,23	20,36	138,29	0,34
УСП	TK№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)</small>	180	1,40	2,18	9,32	71,74	0,51
Итого			350	7,06	11,36	43,82	307,43	0,94
II Завтрак								
УСП	TK№0 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ <small>(мандарины (свежие))</small>	100	0,80	0,20	7,48	37,92	37,92
Итого			100	0,80	0,20	7,48	37,92	37,92
Обед								
УСП	TK№0 14	ПОМИДОР СВЕЖИЙ <small>(томаты свежие)</small>	50	0,00	0,10	1,90	11,99	12,49
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ <small>(картофель (поздний), крупа перловая, морковь свежая, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), сметана 15% жир)</small>	150/10/5	3,14	4,33	10,15	99,40	4,03
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ <small>(окорок куриный, масло подсолнечное, капуста цветная, морковь свежая, капуста свежая, томат-паста, лук репчатый, мука)</small>	150	8,57	13,82	6,54	197,32	3,19
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный, сахар-песок, вода питьевая)</small>	150	0,00	0,00	7,30	27,65	0,04
УСП	TK№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
УСП	TK№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	25	1,35	0,73	15,00	57,50	0,00
Итого			565	14,72	19,20	54,89	441,36	19,75
Уплотненный полдник								
2008	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ <small>(яйцо, молоко 2,5% жир, морковь свежая, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	120	8,45	16,56	4,34	199,92	2,28
УСП	TK№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
2008	435	КЕФИР 2,5% <small>(кефир 2,5%)</small>	200	3,80	5,80	8,00	106,00	20,00
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	4,50	4,96	40,67	224,17	0,00
Итого			415	18,41	27,54	67,01	577,59	22,28
Всего				40,99	58,30	173,20	1 364,30	80,89

Диетсестра

Ивушкина Е.А.