

Утверждаю

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

Директор

МЕНЮ

26 марта 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>	30	2,72	3,79	12,00	88,42	0,08
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>	135	2,70	5,89	17,85	141,96	0,53
УСП	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)</small>	180	1,40	2,18	9,64	73,02	0,51
Итого			345	6,82	11,86	39,49	303,40	1,12
II Завтрак								
УСП	ТК№0 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ <small>(мандарины (свежие))</small>	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Итого			100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00
Обед								
УСП	ТК№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ <small>(огурцы соленые)</small>	50	0,00	0,05	0,86	6,54	2,52
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	6,10	3,33	19,46	134,39	10,20
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ <small>(мясо цыплят бройлеров (тушки), масло сливочное несоленое 82,5% жир, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)</small>	130	9,75	14,46	21,47	266,74	0,97
	ТК№0 32	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ <small>(абрикосы сушеные (курага), сахар-песок, крахмал картофельный, кислота лимонная, вода питьевая)</small>	150	0,01	0,07	28,40	89,86	0,36
УСП	ТК№ 003	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			646	18,91	18,86	99,57	603,92	14,05
Уплотненный полдник								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ <small>(мясо говядина б/к (лопатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)</small>	150	12,15	10,47	13,57	216,96	6,85
2008	435	КЕФИР 2,5% <small>(кефир 2,5%)</small>	180	3,42	5,22	7,20	95,40	18,00
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	15	1,01	0,13	8,58	29,13	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" <small>(мука, дрожжи, соль, сахар-песок, масло подсолнечное, яйцо, вода питьевая)</small>	55	3,29	3,85	26,22	155,71	0,00
Итого			400	19,87	19,67	55,57	497,20	24,85
Всего				46,40	50,59	202,13	1 442,52	78,02

Диетсестра



Ивушкина Е.А.

Утверждаю

Директор

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

/Новицкая Л.И./

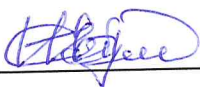
МЕНЮ

26 марта 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	45	3,89	5,54	16,19	125,01	0,13
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (рис, пшено, вода питьевая, молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, сахар-песок, соль)	180	3,51	7,76	23,69	186,61	0,67
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (аллергики) (рис, пшено, вода питьевая, масло сливочное несоленое 82,5% жир, сахар-песок, соль)	200	1,68	5,37	20,11	126,89	0,00
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	0,99	1,55	10,23	64,27	0,38
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	8,39	14,85	50,11	375,89	1,18
II Завтрак								
УСП	ТК № 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	110	0,88	0,22	8,25	41,80	41,80
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) (яблоки (свежие))	150	0,60	0,60	14,66	70,31	14,96
Итого			110	0,88	0,22	8,25	41,80	41,80
Обед								
УСП	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты свежие)	45	0,00	0,09	1,71	10,80	11,25
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель (поздний), крупа перловая, морковь свежая, лук репчатый, огурцы соленые, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), сметана 15% жир)	200/10/9	3,11	3,55	12,49	102,09	4,85
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ (печень говяжья, масло сливочное несоленое 82,5% жир, картофель (поздний), сухари панировочные, соль, лук репчатый)	200	11,69	8,35	35,77	274,71	15,87
УСП	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напитки витаминизированные сухие, вода питьевая)	180	0,00	0,00	1,34	5,58	0,46
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (соки фруктовые)	180	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,02	47,57	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,89	1,02	21,02	80,59	0,00
Итого			704	18,35	13,23	86,35	521,34	32,43
Уплотненный полдник								
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (тыква свежая, картофель (поздний), горошек зеленый (консерв), капуста свежая, соль, молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, мука, вода питьевая, сахар-песок, масло подсолнечное)	130	1,07	1,72	8,58	46,67	7,94
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	180	5,22	4,50	7,56	97,21	0,54
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука, молоко 2,5% жир, сахар-песок, масло подсолнечное, яйцо, дрожжи, соль, творог 9% жир)	70	5,85	6,04	28,78	208,23	0,13
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,02	47,57	0,00
Итого			405	13,80	12,48	58,94	399,68	8,61
Всего				41,42	40,78	203,65	1 338,71	84,02

Диетсестра



Ивушкина Е.А.