



Утверждаю

0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 662 Косовского района  
/Фурсова Т.Н./



**МЕНЮ**  
**4 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	45	3,92	5,57	16,55	126,42	0,13
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (рис, вода питьевая, молоко 2,5% жир. соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	175	4,46	7,13	24,55	180,40	0,44
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики) (рис, вода питьевая, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	205	2,05	2,29	26,39	130,75	0,00
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,00	1,56	9,82	62,99	0,38
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>9,38</b>	<b>14,26</b>	<b>50,92</b>	<b>369,81</b>	<b>0,95</b>
<b>II Завтрак</b>								
УСП	ТК № 15	ЙОГУРТ 2,5% (йогурт фруктовый 2,5% жир)	190	4,75	4,75	8,57	107,41	1,33
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>4,75</b>	<b>4,75</b>	<b>8,57</b>	<b>107,41</b>	<b>1,33</b>
<b>Обед</b>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (лук репчатый, картофель (поздний), свекла (свежая), морковь свежая, огурцы соленые, капуста квашеная, масло подсолнечное, соль)	60	0,25	6,42	4,05	76,68	5,07
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (окорок куринный, сметана 15% жир, капуста свежая, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, горошек зеленый (консерв), масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, петрушка свежая, соль)	180/10/8	3,25	4,27	8,39	92,16	6,76
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), сметана 15% жир, капуста свежая, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, горошек зеленый (консерв), масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая)	250/15/5	3,46	4,17	12,47	101,86	9,22
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (печень говяжья, масло сливочное несоленое 82,5% жир, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок, томат-паста)	70/30	11,73	5,66	12,78	174,83	0,44
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макарони в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	125	3,45	0,94	27,35	134,33	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (плоды шиповника, сахар-песок, вода питьевая)	180	0,00	0,22	13,24	67,55	0,16
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	23	1,52	0,20	12,82	43,50	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	32	1,74	0,93	19,32	74,07	0,00
<b>Итого</b>			<b>718</b>	<b>21,94</b>	<b>18,64</b>	<b>97,95</b>	<b>663,12</b>	<b>12,43</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2013	521	СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ (сельдь соленая неразделанная)	69	8,70	6,43	0,00	123,22	0,28
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), морковь свежая, лук репчатый)	50	10,35	7,80	0,29	135,08	0,12
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель (поздний), молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	130	2,38	2,08	18,57	103,45	9,03
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (компотная смесь (сухофрукты), сахар-песок, кислота лимонная, вода питьевая)	200	0,00	0,00	11,09	44,31	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	23	1,52	0,20	12,82	43,50	0,00
УСП	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ (печенье)	30	1,95	2,85	21,65	121,35	0,00
<b>Итого</b>			<b>452</b>	<b>14,55</b>	<b>11,56</b>	<b>64,13</b>	<b>435,83</b>	<b>9,31</b>
<b>Всего</b>				<b>50,62</b>	<b>49,21</b>	<b>221,57</b>	<b>1 576,17</b>	<b>24,02</b>

Диетсестра  Ивушкина Е.А.