

Утверждаю



0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 662 Кронштадтского района  
ВРИО Директор  
Фурсова Т.Н./

## МЕНЮ

9 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	30	2,57	3,66	10,62	82,31	0,08
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)	135	2,94	5,82	19,63	149,75	0,52
УСП	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)	180	1,39	2,17	9,67	73,02	0,50
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>6,90</b>	<b>11,65</b>	<b>39,92</b>	<b>305,08</b>	<b>1,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
УСП	ТК№0 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	92	0,74	0,18	6,91	35,03	35,03
<b>Итого</b>			<b>92</b>	<b>0,74</b>	<b>0,18</b>	<b>6,91</b>	<b>35,03</b>	<b>35,03</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	41	0,00	0,04	0,70	5,36	2,06
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, филе минтая укроп (свежий))	250/15/1	6,07	3,15	19,54	133,88	12,20
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (мясо цыплят бройлеров (тушки), масло сливочное несоленое 82,5% жир, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)	130	9,83	13,81	22,42	266,16	0,98
	ТК№0 32	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (абрикосы сушеные (курага), сахар-песок, крахмал картофельный, кислота лимонная, вода питьевая)	145	0,00	0,07	23,60	71,05	0,36
УСП	ТК№ 003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,68	0,22	14,22	48,23	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	22	1,20	0,65	13,38	51,31	0,00
<b>Итого</b>			<b>629</b>	<b>18,78</b>	<b>17,94</b>	<b>93,86</b>	<b>575,99</b>	<b>15,60</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (мясо говядина б/к (лопатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	145	11,75	10,50	13,43	213,73	6,79
2008	435	КЕФИР 2,5% (кефир 2,5%)	192	3,65	5,58	7,69	101,92	19,23
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	15	1,02	0,14	8,62	29,23	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука, дрожжи, соль, сахар-песок, масло подсолнечное, яйцо, вода питьевая)	55	3,18	3,76	25,63	151,95	0,00
<b>Итого</b>			<b>407</b>	<b>19,60</b>	<b>19,98</b>	<b>55,37</b>	<b>496,83</b>	<b>26,02</b>
<b>Всего</b>				<b>46,02</b>	<b>49,75</b>	<b>196,06</b>	<b>1 412,93</b>	<b>77,75</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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

ВРИО Директор

Фурсова Т.Н./

# МЕНЮ

9 апреля 2024 г.  
Дети сад



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	40	3,70	5,45	14,07	116,91	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	3,80	7,38	25,58	192,93	0,66
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (аллергики) (рис, пшено, вода питьевая, масло сливочное несоленое 82,5% жир, сахар-песок, соль)	200	2,05	5,47	22,67	139,70	0,00
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	0,99	1,54	9,61	61,72	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
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,49</b>	<b>14,37</b>	<b>49,26</b>	<b>371,56</b>	<b>1,17</b>
<b>II Завтрак</b>								
УСП	ТК № 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	101	0,81	0,20	7,59	38,46	38,46
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) (яблоки (свежие))	110	0,44	0,44	10,78	51,70	11,00
<b>Итого</b>			<b>101</b>	<b>0,81</b>	<b>0,20</b>	<b>7,59</b>	<b>38,46</b>	<b>38,46</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты свежие)	43	0,00	0,09	1,62	10,25	10,67
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	3,01	3,17	12,24	95,71	4,75
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (мясо говядина б/к (лопатка), масло сливочное несоленое 82,5% жир, картофель (поздний), сухари панировочные, соль, лук репчатый)	195	11,36	11,23	33,07	289,52	15,70
УСП	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напитки витаминизированные сухие, вода питьевая)	180	0,00	0,00	1,32	5,51	0,46
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (соки фруктовые)	200	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	14,06	47,71	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	30	1,64	0,88	18,22	69,83	0,00
<b>Итого</b>			<b>692</b>	<b>17,67</b>	<b>15,59</b>	<b>80,53</b>	<b>518,53</b>	<b>31,58</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
К/к	К/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ (печень говяжья, масло подсолнечное, мука, молоко 2,5% жир, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, яйцо, соль)	80	12,38	8,58	9,25	190,98	0,70
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	145	12,36	10,31	16,83	229,32	8,50
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь 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	1,16	1,74	10,44	56,02	8,37
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	182	5,27	4,54	7,63	98,07	0,54
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука, молоко 2,5% жир, сахар-песок, масло подсолнечное, яйцо, дрожжи, соль, творог 9% жир)	70	5,91	6,15	27,55	205,03	0,13
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,06	47,71	0,00
<b>Итого</b>			<b>487</b>	<b>26,33</b>	<b>21,23</b>	<b>68,93</b>	<b>597,81</b>	<b>9,74</b>
<b>Всего</b>				<b>53,35</b>	<b>51,39</b>	<b>206,31</b>	<b>1526,36</b>	<b>80,95</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.