

Утверждаю

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

ВРИО Директор

Фурсова Т.Н./



# МЕНЮ

11 апреля 2024 г.

## Дети ясли

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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с)	30	1,13	8,83	12,08	105,80	0,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	40	0,49	1,77	9,18	30,46	4,67
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)	110	7,18	14,22	2,02	183,58	0,16
УСП	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,80	2,81	10,69	90,13	0,57
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>10,60</b>	<b>27,63</b>	<b>33,97</b>	<b>409,97</b>	<b>5,40</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	150	0,00	0,15	15,15	69,00	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,00</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>69,00</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное)	50	0,66	6,37	6,33	85,01	3,66
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (капуста квашеная, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5%жир, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), сметана 15% жир)	150/15/3	3,82	4,08	4,37	80,13	5,29
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (окорок куринный, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)	75	6,80	12,20	10,47	198,36	0,46
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	110	2,85	3,28	22,50	128,44	0,00
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок персиковый)	150	0,45	0,00	24,75	102,00	9,00
УСП	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,32	0,18	11,20	38,00	0,00
УСП	ТК№003	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	25	1,35	0,73	15,00	57,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>598</b>	<b>17,25</b>	<b>26,84</b>	<b>94,62</b>	<b>689,44</b>	<b>18,41</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь свежая, горошек зеленый (консерв), капуста свежая, сахар-песок, капуста цветная, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)	130	1,00	0,92	10,38	55,56	4,92
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	180	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54
УСП	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
УСП	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки (свежие))	150	0,60	0,60	14,73	70,63	15,03
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука, сахар-песок, яйцо, дрожжи, вода питьевая, соль, творог 9% жир, ванилин, масло подсолнечное)	55	4,41	2,07	21,99	133,81	0,03
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>12,89</b>	<b>8,31</b>	<b>68,66</b>	<b>401,70</b>	<b>20,52</b>
<b>Всего</b>				<b>40,74</b>	<b>62,93</b>	<b>212,40</b>	<b>1 571,11</b>	<b>47,33</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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

ВРИО Директор

Фурсова Т.Н./



**МЕНЮ**  
11 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с)	35	1,65	5,02	18,04	99,12	0,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	50	0,60	2,00	11,11	35,49	2,21
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	140	6,66	17,97	2,38	208,42	0,21
УСП	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,51	2,35	12,40	89,97	0,47
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>10,42</b>	<b>27,34</b>	<b>43,93</b>	<b>433,00</b>	<b>2,89</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	180	0,00	0,18	18,18	82,80	3,60
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>18,18</b>	<b>82,80</b>	<b>3,60</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель (поздний), лук зелёный, масло подсолнечное, соль)	50	0,68	6,31	6,45	83,55	3,86
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (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)	200/5	3,31	5,88	6,09	99,10	7,07
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (скорок куриный, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)	80	8,38	14,15	0,00	179,34	0,58
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макароны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	130	3,64	2,93	28,72	154,94	0,00
УСП	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напитки витаминизированные сухие, вода питьевая)	180	0,00	0,00	1,34	5,58	0,46
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	80,58	0,00
<b>Итого</b>			<b>705</b>	<b>19,56</b>	<b>30,51</b>	<b>77,64</b>	<b>650,66</b>	<b>11,97</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь свежая, картофель (поздний), горошек зеленый (консерв), капуста свежая, кабачки, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)	160	1,70	1,38	14,60	80,66	7,88
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	180	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54
УСП	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки (свежие))	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,02	47,57	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир, яйцо, соль, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное, творог 9% жир)	70	6,89	6,34	31,90	223,83	0,07
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>15,87</b>	<b>12,84</b>	<b>77,83</b>	<b>496,25</b>	<b>18,49</b>
<b>Всего</b>				<b>45,85</b>	<b>70,87</b>	<b>217,63</b>	<b>1 662,71</b>	<b>36,95</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.