

Утверждаю



0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 662 Коншинского района /Новицкая Д.И./

Директор

**МЕНЮ**  
19 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с, джем)	40	1,72	3,34	29,07	129,81	2,50
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	40	0,48	1,63	8,89	28,69	1,78
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	150	7,12	19,20	2,46	222,05	0,21
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики) (рис, вода питьевая, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	205	2,07	4,30	26,41	145,25	0,00
УСП	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2,5% жир)	180	3,07	4,57	20,21	157,48	0,98
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>410</b>	<b>12,39</b>	<b>28,74</b>	<b>60,63</b>	<b>538,03</b>	<b>5,47</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	187	5,41	4,67	7,84	100,80	0,56
<b>Итого</b>			<b>187</b>	<b>5,41</b>	<b>4,67</b>	<b>7,84</b>	<b>100,80</b>	<b>0,56</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	52	0,00	0,05	1,30	7,28	5,20
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (картофель (поздний), макароны в/с, морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5%жир, вода питьевая, соль, филе индейки, укроп (свежий))	180/10/1	3,61	3,10	13,36	101,22	4,89
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, МЯСОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики) (картофель (поздний), макароны в/с, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), петрушка свежая)	200/10/1	3,48	3,46	17,46	119,88	7,40
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (мясо говядина б/к (лопатка), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5%жир, мука, вода питьевая, соль)	75	10,12	9,87	3,54	161,79	0,66
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	130	5,19	4,30	39,01	196,49	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	180	0,00	0,18	18,18	82,80	3,60
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	15	0,99	0,13	8,40	28,50	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,89	1,02	21,00	80,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>678</b>	<b>21,80</b>	<b>18,65</b>	<b>104,79</b>	<b>658,58</b>	<b>14,35</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	126	КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (капуста цветная, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	130	1,85	4,38	6,51	55,03	0,02
УСП	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	180	0,00	0,01	10,28	44,01	2,16
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
2008	467	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука, соль, дрожжи, молоко 2,5% жир, масло подсолнечное)	50	3,68	3,45	27,78	161,94	0,10
УСП	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ (бананы (свежие))	116	1,16	0,58	24,27	110,94	11,56
<b>Итого</b>			<b>501</b>	<b>8,35</b>	<b>8,64</b>	<b>82,84</b>	<b>419,42</b>	<b>13,84</b>
<b>Всего</b>				<b>47,95</b>	<b>60,70</b>	<b>256,10</b>	<b>1 716,83</b>	<b>34,22</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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

Директор

/Новицкая Л.И./

# МЕНЮ

## 19 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной из муки в/с, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	40	1,26	3,14	24,17	111,39	6,25
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	30	0,37	1,05	6,87	20,35	3,55
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)	130	8,77	17,47	2,41	224,79	0,19
УСП	ТК№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,53	2,17	10,54	79,16	0,46
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>11,93</b>	<b>23,83</b>	<b>43,99</b>	<b>435,69</b>	<b>10,45</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	197	5,70	4,91	8,26	106,16	0,59
<b>Итого</b>			<b>197</b>	<b>5,70</b>	<b>4,91</b>	<b>8,26</b>	<b>106,16</b>	<b>0,59</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	44	0,00	0,04	1,09	6,12	4,37
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (картофель (поздний), макароны в/с, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, мясо цыплят бройлеров (тушки), укроп (свежий))	150/10/1	2,92	3,40	11,50	93,27	4,45
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (мясо говядина б/к (лопатка), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, мука, вода питьевая, соль)	45/50	9,55	9,55	3,52	155,03	0,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	110	3,44	5,28	25,77	147,31	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	160	0,00	0,16	16,16	73,60	3,20
УСП	ТК№ 003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	15	0,99	0,13	8,40	28,50	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	25	1,35	0,73	15,00	57,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>18,25</b>	<b>19,29</b>	<b>81,44</b>	<b>561,33</b>	<b>12,69</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	126	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (капуста цветная, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	150	2,13	4,92	7,52	62,67	0,02
УСП	ТК№0 49	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	150	0,00	0,01	5,17	23,07	1,80
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	15	0,99	0,13	8,40	28,50	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука, дрожжи, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)	50	3,69	1,49	27,78	144,66	0,10
УСП	ТК№0 20	БАНАН СВЕЖИЙ (бананы (свежие))	97	0,97	0,48	20,28	92,73	9,66
<b>Итого</b>			<b>462</b>	<b>7,78</b>	<b>7,03</b>	<b>69,15</b>	<b>351,63</b>	<b>11,58</b>
<b>Всего</b>				<b>43,66</b>	<b>55,06</b>	<b>202,84</b>	<b>1454,81</b>	<b>35,31</b>

Диетсестра



Ивушкина Е.А.