

Утверждаю

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

Директор

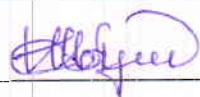
МЕНЮ

23 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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	45	3,89	5,55	16,20	125,07	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	7,77	23,77	187,11	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	10,24	64,31	0,39
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	14,87	50,21	376,49	1,19
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, лук зелёный)	200/10/9	3,11	3,54	12,83	102,87	5,32
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (мясо говядина б/к (лопатка), масло сливочное несоленое 82,5% жир, картофель (поздний), сухари панировочные, соль, лук репчатый)	200	11,69	12,15	33,38	299,93	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	14,00	47,50	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,89	1,02	21,00	80,50	0,00
Итого			704	18,35	17,02	84,26	547,18	32,90
Уплотненный полдник								
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	12,40	8,73	9,38	192,62	0,70
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	150	12,74	10,60	16,95	234,78	8,56
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	1,73	10,51	56,20	8,39
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	180	5,22	4,50	7,56	97,22	0,54
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука, молоко 2,5% жир, сахар-песок, масло подсолнечное, яйцо, дрожжи, соль, творог 5% жир)	70	5,85	6,08	28,77	208,52	0,13
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
Итого			485	26,29	21,26	70,22	602,06	9,76
Всего				53,91	53,37	212,94	1 567,53	85,65

Диетсестра



Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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

Директор
/Новицкая Л.И./

МЕНЮ 23 апреля 2024 г.

Дети ясли

Сбор-ник реце-птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)</small>	30	2,75	3,85	12,00	89,19	0,09
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	2,77	6,13	18,80	147,85	0,53
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛКОМ <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)</small>	180	1,40	2,18	9,32	71,74	0,51
Итого			345	6,92	12,16	40,12	308,78	1,13
II Завтрак								
УСП	ТК№054	МАНДАРИН СВЕЖИЙ <small>(мандарины (свежие))</small>	100	0,80	0,20	7,48	37,92	37,92
Итого			100	0,80	0,20	7,48	37,92	37,92
Обед								
УСП	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ <small>(огурцы соленые)</small>	50	0,00	0,05	0,85	6,50	2,50
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	6,09	2,95	19,43	131,52	10,00
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ <small>(окорок куриный, масло сливочное несоленое 82,5% жир, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)</small>	130	9,75	14,73	21,45	268,54	1,00
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ <small>(абрикосы сушеные (курага), сахар-песок, крахмал картофельный, кислота лимонная, вода питьевая)</small>	150	0,01	0,07	28,03	88,12	0,36
УСП	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
УСП	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	25	1,35	0,73	15,00	57,50	0,00
Итого			646	18,86	18,75	98,76	599,68	13,86
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	12,11	10,60	13,53	217,48	6,84
2008	435	КЕФИР 2,5% <small>(кефир 2,5%)</small>	180	3,42	5,22	7,20	95,40	18,00
УСП	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	15	0,99	0,13	8,40	28,50	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" <small>(мука, дрожжи, соль, сахар-песок, масло подсолнечное, яйцо, вода питьевая)</small>	60	3,30	4,09	26,36	158,45	0,00
Итого			405	19,82	20,04	55,49	499,83	24,84
Всего				46,40	51,15	201,85	1 446,21	77,75

Диетсестра



Ивушкина Е.А.