

Утверждаю

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

Директор

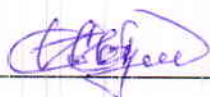
МЕНЮ

27 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		
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйцо)	40	3,12	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (хлопья овсяные (геркулес), вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	130	1,92	5,94	14,81	125,72	0,34
УСП	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,53	2,18	10,42	78,82	0,47
УСП	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	26	1,39	0,75	15,43	59,14	0,00
Итого			376	7,96	13,36	40,93	324,97	0,81
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ 3,1% (йогурт фруктовый 2,5% жир)	150	3,75	3,75	6,77	84,77	1,05
Итого			150	3,75	3,75	6,77	84,77	1,05
Обед								
УСП	ТК№103	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	50	0,00	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла (свежая), капуста свежая, картофель (поздний), морковь свежая, фасоль белая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5%жир, сахар-песок, кислота лимонная, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка), сметана 15% жир)	200/10	2,57	4,82	8,62	93,00	5,70
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель (поздний), молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5%жир, соль)	110	2,01	4,20	15,70	104,88	7,62
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (филе минтая, вода питьевая, морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло подсолнечное, кислота лимонная, сахар-песок, соль)	70	5,34	3,02	3,23	68,85	1,19
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (клюква замороженная, вода питьевая, сахар-песок)	150	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
УСП	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,32	0,18	11,20	38,00	0,00
УСП	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	21	1,16	0,62	12,86	49,29	0,00
Итого			631	12,40	12,89	67,38	419,07	19,51
Уплотненный полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста свежая, мясо говядина б/к (лопатка), рис, лук репчатый, масло подсолнечное, соль)	150	9,64	12,00	11,78	212,12	18,19
УСП	ТК№049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	190	0,00	0,01	5,95	26,81	2,28
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,32	0,18	11,20	38,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир, яйцо, молоко 2,5% жир, творог 5% жир, дрожжи, соль, ванилин, масло подсолнечное)	50	5,26	3,41	30,13	181,73	0,07
Итого			410	16,22	15,60	59,06	453,66	20,54
Всего				40,33	45,60	174,14	1 287,47	41,91

Диетсестра



Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
27 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		
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйцо)	40	3,12	4,48	0,27	61,22	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (хлопья овсяные (геркулес), вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	180	2,88	7,70	22,40	179,88	0,46
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	34	1,85	1,00	20,61	78,99	0,00
УСП	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2,5% жир)	180	3,10	4,60	16,21	141,96	0,98
Итого			434	10,95	17,78	59,49	462,05	1,44
II Завтрак								
УСП	15	ЙОГУРТ 2,5% (йогурт фруктовый 2,5% жир)	180	4,50	4,50	8,12	101,72	1,26
Итого			180	4,50	4,50	8,12	101,72	1,26
Обед								
УСП	ТК №103	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	50	0,00	0,05	1,24	6,97	4,98
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (свекла (свежая), капуста свежая, картофель (поздний), морковь свежая, фасоль белая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5%жир, сахар-песок, кислота лимонная, вода питьевая, окорок куриный, сметана 15% жир, чеснок свежий)	200/15/10	3,22	6,95	9,31	123,24	5,94
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (филе минтая, вода питьевая, морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло подсолнечное, кислота лимонная, сахар-песок)	70	5,85	3,00	3,15	71,11	1,18
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель (поздний), молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5%жир, соль)	150	2,75	5,08	21,32	138,16	10,36
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (клюква замороженная, вода питьевая, сахар-песок)	200	0,00	0,00	8,74	34,95	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,02	47,56	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	30	1,62	0,87	18,04	69,15	0,00
Итого			750	15,10	16,17	75,82	491,14	22,46
Уплотненный полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста свежая, мясо говядины б/к (лопатка), рис, лук репчатый, масло подсолнечное, соль)	150	9,64	11,75	11,57	209,23	18,16
УСП	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	200	0,00	0,02	6,95	31,17	2,56
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	1,99	0,26	16,80	57,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир, яйцо, молоко 2,5% жир, творог 5% жир, дрожжи, соль, ванилин, масло подсолнечное)	70	5,86	3,34	35,44	206,36	0,10
Итого			450	17,49	15,37	70,76	503,76	20,82
Всего				48,04	53,82	214,19	1 558,67	45,98

Диетсестра

Ивушкина Е.А.