

Утверждаю

0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 652 Кировского района
Новицкая Л.И./

МЕНЮ

23 мая 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (масло сливочное несоленое 82,5% жир, батон нарезной из муки в/с, джем)	40	1,73	3,37	28,65	128,40	2,40
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	40	0,48	1,63	8,89	28,69	1,77
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	150	7,13	19,23	2,47	222,62	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	3,10	4,60	19,13	153,70	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
Итого			410	12,44	28,83	59,14	533,41	5,36
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	190	5,51	4,75	7,98	102,60	0,57
Итого			190	5,51	4,75	7,98	102,60	0,57
Обед								
УСП	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	60	0,00	0,06	1,50	8,40	6,00
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	3,71	3,07	14,17	104,77	4,97
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	3,74	3,65	17,46	123,13	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)	80	11,17	10,69	3,58	175,58	0,68
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	130	5,20	4,33	39,01	196,70	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	1,00	0,13	8,42	28,57	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,89	1,02	21,02	80,58	0,00
Итого			691	22,97	19,48	105,88	677,40	15,25
Уплотненный полдник								
2008	126	КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (капуста цветная, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	130	1,87	4,40	6,60	55,59	0,02
УСП	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	180	0,00	0,01	9,13	39,59	2,31
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	14,02	47,57	0,00
2008	467	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука, соль, дрожжи, молоко 2,5% жир, масло подсолнечное)	50	3,71	3,47	28,04	163,42	0,10
УСП	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ (бананы (свежие))	120	1,20	0,60	25,21	115,23	12,00
Итого			505	8,44	8,70	83,00	421,40	14,43
Всего				49,36	61,76	256,00	1 734,81	35,61

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю



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

Директор

Новицкая Л.И./

МЕНЮ

23 мая 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной из муки в/с, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	40	1,27	3,09	23,59	108,90	5,85
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	30	0,37	1,28	6,89	22,43	3,72
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)	130	8,75	17,36	2,42	223,68	0,19
УСП	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,54	2,18	10,91	80,87	0,47
Итого			380	11,93	23,91	43,81	435,88	10,23
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	200	5,80	5,00	8,41	108,08	0,60
Итого			200	5,80	5,00	8,41	108,08	0,60
Обед								
УСП	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	50	0,00	0,05	1,26	7,03	5,02
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	3,04	3,68	12,28	99,44	4,54
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)	50/50	10,45	10,19	3,52	166,44	0,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	110	3,43	4,97	25,77	145,08	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	1,02	0,14	8,62	29,23	0,00
УСП	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	25	1,37	0,74	15,23	58,39	0,00
Итого			621	19,31	19,93	82,84	579,21	13,43
Уплотненный полдник								
2008	126	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (капуста цветная, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	150	2,16	5,35	7,62	66,12	0,02
УСП	ТК№049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	150	0,00	0,01	5,57	24,90	1,97
УСП	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	15	1,02	0,14	8,62	29,23	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука, дрожжи, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)	50	3,72	1,61	28,11	147,28	0,10
УСП	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ (бананы (свежие))	100	1,00	0,50	21,01	96,05	10,01
Итого			465	7,90	7,61	70,93	363,58	12,10
Всего				44,94	56,45	205,99	1 486,75	36,36

Диетсестра

Ивушкина Е.А.