

Утверждаю

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

Директор

Новицкая Л.И./

# МЕНЮ

27 мая 2024 г.  
Дети сад



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	45	3,89	5,54	16,21	125,06	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	7,78	23,73	187,00	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	10,25	64,38	0,38
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>405</b>	<b>8,39</b>	<b>14,87</b>	<b>50,19</b>	<b>376,44</b>	<b>1,18</b>
<b>II Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>0,88</b>	<b>0,22</b>	<b>8,25</b>	<b>41,80</b>	<b>41,80</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты свежие)	45	0,00	0,09	1,71	10,80	11,26
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	3,53	12,85	102,89	5,33
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	12,16	33,38	299,95	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
<b>Итого</b>			<b>704</b>	<b>18,35</b>	<b>17,02</b>	<b>84,28</b>	<b>547,22</b>	<b>32,92</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
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	9,39	192,71	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	1,74	10,50	56,29	8,39
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	180	5,22	4,50	7,56	97,18	0,54
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука, молоко 2,5% жир, сахар-песок, масло подсолнечное, яйцо, дрожжи, соль, творог 5% жир)	70	5,84	6,07	28,72	208,17	0,13
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>26,28</b>	<b>21,26</b>	<b>70,17</b>	<b>601,85</b>	<b>9,76</b>
<b>Всего</b>				<b>53,90</b>	<b>53,37</b>	<b>212,89</b>	<b>1 567,31</b>	<b>85,66</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

Директор

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

Новицкая Л.И./



**МЕНЮ**  
27 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	30	2,69	3,73	12,00	87,62	0,08
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)	135	2,73	5,77	18,06	142,14	0,53
УСП	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)	180	1,40	2,18	9,69	73,24	0,51
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>6,82</b>	<b>11,68</b>	<b>39,75</b>	<b>303,00</b>	<b>1,12</b>
<b>II Завтрак</b>								
УСП	ТК№0 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	100	0,80	0,20	7,51	38,04	38,04
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>7,51</b>	<b>38,04</b>	<b>38,04</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	50	0,00	0,05	0,86	6,55	2,52
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, филе минтая, укроп (свежий))	250/15/1	6,10	3,12	19,41	132,70	10,03
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (охорок куринный, масло сливочное несоленое 82,5% жир, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)	130	9,72	14,42	21,35	265,73	0,98
	ТК№0 32	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (абрикосы сушеные (курага), сахар-песок, крахмал картофельный, кислота лимонная, вода питьевая)	150	0,01	0,07	28,27	89,72	0,36
УСП	ТК№ 003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,68	0,22	14,22	48,23	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	25	1,37	0,74	15,23	58,39	0,00
<b>Итого</b>			<b>646</b>	<b>18,88</b>	<b>18,62</b>	<b>99,34</b>	<b>601,32</b>	<b>13,89</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (мясо говядина б/к (лопатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	150	12,16	10,80	13,58	219,44	6,86
2008	435	КЕФИР 2,5% (кефир 2,5%)	180	3,42	5,22	7,20	95,40	18,00
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	15	1,02	0,14	8,62	29,23	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (мука, дрожжи, соль, сахар-песок, масло подсолнечное, яйцо, вода питьевая)	55	3,29	3,78	26,48	155,93	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>19,89</b>	<b>19,94</b>	<b>55,88</b>	<b>500,00</b>	<b>24,86</b>
<b>Всего</b>				<b>46,39</b>	<b>50,44</b>	<b>202,48</b>	<b>1 442,36</b>	<b>77,91</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.