

Утверждаю

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

Директор

/Новицкая Л.И./

МЕНЮ

25 июня 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)</small>	30	2,72	3,79	12,00	88,42	0,08
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	2,70	6,24	18,29	146,22	0,53
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)</small>	180	1,40	2,18	9,83	73,89	0,51
Итого			345	6,82	12,21	40,12	308,53	1,12
II Завтрак								
УСП	ТК№054	МАНДАРИН СВЕЖИЙ <small>(мандарины (свежие))</small>	100	0,80	0,20	7,48	37,87	37,87
Итого			100	0,80	0,20	7,48	37,87	37,87
Обед								
УСП	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ <small>(огурцы соленые)</small>	51	0,00	0,05	0,86	6,57	2,53
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	6,10	3,33	19,48	134,49	10,15
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ <small>(окорок куринный, масло сливочное несоленое 82,5% жир, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)</small>	130	9,73	14,24	21,66	265,73	0,97
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ <small>(абрикосы сушеные (курага), сахар-песок, крахмал картофельный, кислота лимонная, вода питьевая)</small>	150	0,01	0,07	27,90	88,37	0,36
УСП	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	26	1,69	0,22	14,31	48,56	0,00
УСП	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	26	1,38	0,74	15,33	58,78	0,00
Итого			649	18,91	18,65	99,54	602,50	14,01
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	12,18	11,04	13,60	221,15	6,86
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>	16	1,03	0,14	8,71	29,56	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" <small>(мука, дрожжи, соль, сахар-песок, масло подсолнечное, яйцо, вода питьевая)</small>	60	3,42	4,38	26,40	161,94	0,00
Итого			406	20,05	20,78	55,91	508,05	24,86
Всего				46,58	51,84	203,05	1 456,95	77,86

Диетсестра



Ивушкина Е.А.

Утверждаю

0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 862 Крылатского района
/Новицкая Л.И./

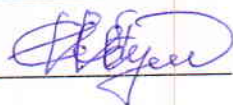
Директор

МЕНЮ

25 июня 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	45	3,89	5,54	16,19	124,95	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	7,79	23,76	187,17	0,67
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (аллергии) (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	10,21	64,20	0,39
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			405	8,39	14,88	50,16	376,32	1,19
II Завтрак								
УСП	ТК №54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	110	0,88	0,22	8,25	41,81	41,81
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии) (яблоки (свежие))	150	0,60	0,60	14,66	70,31	14,96
Итого			110	0,88	0,22	8,25	41,81	41,81
Обед								
УСП	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты свежие)	45	0,00	0,09	1,71	10,79	11,24
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель (поздний), крупа ячневая, 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	3,56	12,50	102,90	5,34
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	11,68	12,17	33,36	299,97	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 (аллергии) (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	18,34	17,06	83,91	547,24	32,91
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	8,74	9,37	192,53	0,70
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергии) (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	1,71	10,50	56,05	8,40
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	180	5,22	4,50	7,56	97,17	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	6,03	28,77	208,23	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	26,28	21,20	70,20	601,48	9,77
Всего				53,89	53,36	212,52	1 566,85	85,68

Диетсестра



Ивушкина Е.А.