

Утверждаю

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

Директор
(Новицкая Л.И.)**МЕНЮ**

28 июня 2024 г.

Дети ясли

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)	35	2,90	3,89	14,00	96,08	0,08
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (крупа манная (м), вода питьевая, молоко 2,5% жир. соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	135	2,72	5,35	19,76	136,71	0,34
УСП	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)	180	1,40	2,18	9,83	73,89	0,51
Итого			350	7,02	11,42	43,59	306,68	0,93
II Завтрак								
УСП	ТК№0 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	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№0 14	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты свежие)	50	0,00	0,10	1,92	12,10	12,60
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель (ранний), крупа перловая, морковь свежая, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), сметана 15% жир)	150/10/5	3,21	4,66	6,06	86,49	2,53
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (мясо говядина б/к (лопатка), масло сливочное несоленое 82,5% жир, картофель (ранний), лук репчатый, масло подсолнечное, сухари панировочные, соль)	130	7,97	7,90	9,46	150,06	6,17
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, сахар-песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	6,81	25,31	0,04
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	26	1,69	0,22	14,31	48,56	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	26	1,38	0,74	15,33	58,78	0,00
Итого			547	14,25	13,62	53,89	381,80	21,34
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)	50	7,07	4,60	5,66	107,74	0,44
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь свежая, картофель (ранний), горошек зеленый (консерв), капуста свежая, соль, молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, мука, вода питьевая)	120	1,56	4,21	11,41	81,13	6,49
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	180	5,22	4,50	7,57	97,28	0,54
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	26	1,69	0,22	14,31	48,56	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука, сахар-песок, яйцо, дрожжи, вода питьевая, соль, творог 5% жир, ванилин, масло подсолнечное)	60	4,81	2,58	21,78	140,27	0,03
Итого			436	20,35	16,11	60,73	474,98	7,50
Всего				42,42	41,35	165,69	1 201,33	67,64

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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

Директор
/Новицкая Л.И./

МЕНЮ

28 июня 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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	45	3,89	5,55	16,23	125,19	0,13
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа манная (м), вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	180	3,46	6,37	25,49	172,51	0,45
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	150	8,49	6,89	38,55	250,08	0,00
УСП	TK№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	0,69	1,08	8,43	49,23	0,29
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	8,04	13,00	50,15	346,93	0,87
II Завтрак								
УСП	TK №54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	120	0,96	0,24	9,00	45,61	45,61
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) (яблоки (свежие))	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			120	0,96	0,24	9,00	45,61	45,61
Обед								
УСП	TK№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленные)	60	0,00	0,06	1,02	7,80	3,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (картофель (ранний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, филе минтая, соль, укроп (свежий))	180/15/5	4,44	1,12	5,63	54,22	4,45
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (аллергики) (картофель (ранний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка))	250	5,21	5,72	8,24	108,20	5,88
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (филе индейки, масло подсолнечное, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)	150	8,49	9,05	27,21	243,74	1,36
2012	304	ПЛОВ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), масло подсолнечное, лук репчатый, рис, соль)	200	15,87	16,32	31,89	364,98	0,33
	TK№042	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (абрикосы сушеные (курага), сахар-песок, крахмал картофельный, кислота лимонная, вода питьевая)	180	0,37	0,10	33,91	109,03	0,43
УСП	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	1,99	0,26	16,80	57,00	0,00
УСП	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,89	1,02	21,03	80,62	0,00
Итого			655	17,18	11,61	105,60	552,41	9,24
Уплотненный полдник								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (мясо говядина б/к (лопатка), картофель (ранний), лук репчатый, масло подсолнечное, соль, томат-паста)	150	12,40	10,74	5,88	193,96	4,45
2008	435	КЕФИР 2.5% (кефир 2,5%)	200	3,80	5,80	8,00	106,00	20,00
УСП	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	1,99	0,26	16,80	57,00	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир, яйцо, соль, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное, творог 5% жир)	70	5,48	4,85	20,95	161,70	0,07
Итого			450	23,67	21,65	51,63	518,66	24,52
Всего				49,85	46,50	216,38	1 463,61	80,24

Диетсестра

Ивушкина Е.А.