

Утверждаю

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

Директор

# МЕНЮ

5 июля 2024 г.  
Дети сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с, джем)	40	1,73	3,37	28,63	128,26	2,40
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	40	0,48	1,61	8,87	28,44	1,72
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	150	7,13	19,35	2,47	223,55	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	3,09	4,60	19,04	153,24	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
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>12,43</b>	<b>28,93</b>	<b>59,01</b>	<b>533,49</b>	<b>5,31</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	190	5,51	4,75	7,98	102,60	0,57
<b>Итого</b>			<b>190</b>	<b>5,51</b>	<b>4,75</b>	<b>7,98</b>	<b>102,60</b>	<b>0,57</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	60	0,00	0,06	1,50	8,41	6,01
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (картофель (ранний), макароны в/с, морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5%жир, вода питьевая, соль, окорок куриный, укроп (свежий))	180/10/1	3,61	4,09	9,10	91,85	3,44
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, МЯСОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики) (картофель (ранний), макароны в/с, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), петрушка свежая)	200/10/1	3,80	3,52	10,57	94,83	5,11
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	11,16	10,68	3,58	175,41	0,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	130	5,20	4,33	39,01	196,66	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	0,99	0,13	8,40	28,50	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>691</b>	<b>22,85</b>	<b>20,49</b>	<b>100,77</b>	<b>664,13</b>	<b>13,72</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	126	КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (капуста цветная, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	130	1,87	4,38	6,60	55,38	0,02
УСП	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	180	0,00	0,01	9,08	39,37	2,30
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	14,00	47,50	0,00
2008	467	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука, соль, дрожжи, молоко 2,5% жир, масло подсолнечное)	50	3,71	3,44	28,04	163,09	0,10
УСП	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ (бананы (свежие))	120	1,20	0,60	25,20	115,20	12,00
<b>Итого</b>			<b>505</b>	<b>8,44</b>	<b>8,65</b>	<b>82,92</b>	<b>420,54</b>	<b>14,42</b>
<b>Всего</b>				<b>49,23</b>	<b>62,82</b>	<b>250,68</b>	<b>1 720,76</b>	<b>34,02</b>

Диетсестра  Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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



Директор

**МЕНЮ**  
**5 июля 2024 г.**  
**Дети ясли**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной из муки в/с, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	40	1,25	2,64	23,71	105,98	6,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	30	0,37	1,05	6,91	20,58	4,25
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)	130	8,78	17,48	2,42	224,97	0,19
УСП	ТК№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,52	2,18	10,24	77,94	0,47
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>11,92</b>	<b>23,35</b>	<b>43,28</b>	<b>429,47</b>	<b>10,91</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	200	5,81	5,01	8,41	108,13	0,60
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>5,81</b>	<b>5,01</b>	<b>8,41</b>	<b>108,13</b>	<b>0,60</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	50	0,00	0,05	1,25	7,02	5,01
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (картофель (ранний), макароны в/с, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, мясо цыплят бройлеров (тушки), укроп (свежий))	150/10/1	3,06	3,33	7,96	79,32	3,00
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	10,49	10,77	3,52	170,88	0,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	110	3,44	5,28	25,77	147,31	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	0,99	0,13	8,40	28,50	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	25	1,35	0,73	15,00	57,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>621</b>	<b>19,33</b>	<b>20,45</b>	<b>78,06</b>	<b>564,13</b>	<b>11,88</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	126	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (капуста цветная, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	150	2,16	5,44	7,62	66,71	0,02
УСП	ТК№0 49	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	150	0,00	0,01	5,21	23,47	2,00
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	15	0,99	0,13	8,40	28,50	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука, дрожжи, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)	50	3,75	1,99	28,06	150,65	0,10
УСП	ТК№0 20	БАНАН СВЕЖИЙ (бананы (свежие))	100	1,00	0,50	20,93	95,66	9,97
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>7,90</b>	<b>8,07</b>	<b>70,22</b>	<b>364,99</b>	<b>12,09</b>
<b>Всего</b>				<b>44,96</b>	<b>56,88</b>	<b>199,97</b>	<b>1 466,72</b>	<b>35,48</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.