

Утверждаю

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

Директор

/Новицкая Л.И./

# МЕНЮ

12 июля 2024 г.

## Дети сад

Сборник рецептов	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)	45	3,90	5,57	16,25	125,42	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	3,54	6,64	25,76	176,63	0,47
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	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	0,73	1,13	8,54	50,77	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
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>8,17</b>	<b>13,34</b>	<b>50,55</b>	<b>352,82</b>	<b>0,89</b>
<b>II Завтрак</b>								
УСП	ТК № 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	99	0,79	0,20	7,44	37,71	37,71
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) (яблоки (свежие))	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
<b>Итого</b>			<b>99</b>	<b>0,79</b>	<b>0,20</b>	<b>7,44</b>	<b>37,71</b>	<b>37,71</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	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	4,41	1,11	5,52	53,61	4,36
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	5,18	5,72	8,13	107,57	5,79
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (филе индейки, масло подсолнечное, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)	150	8,49	9,03	27,28	243,82	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
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ (абрикосы сушеные (курага), сахар-песок, крахмал картофельный, кислота лимонная, вода питьевая)	180	0,00	0,08	28,14	84,16	0,43
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	1,99	0,26	16,80	57,00	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,89	1,02	21,05	80,68	0,00
<b>Итого</b>			<b>655</b>	<b>16,78</b>	<b>11,56</b>	<b>99,81</b>	<b>527,07</b>	<b>9,15</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	226	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ) (творог 5% жир, соль, крупа манная (м), масло сливочное несоленое 82,5% жир, яйцо, сахар-песок, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное)	100	15,20	10,10	23,60	246,00	0,00
2008	435	КЕФИР 2.5% (кефир 2,5%)	200	3,80	5,80	8,00	106,00	20,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	1,99	0,26	16,80	57,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир, яйцо, молоко 2,5% жир, творог 5% жир, дрожжи, соль, ванилин, масло подсолнечное)	70	5,76	3,45	34,34	202,29	0,11
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>26,75</b>	<b>19,61</b>	<b>82,74</b>	<b>611,29</b>	<b>20,11</b>
<b>Всего</b>				<b>52,49</b>	<b>44,71</b>	<b>240,54</b>	<b>1 528,89</b>	<b>67,86</b>

Диетсестра



Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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



Директор

## МЕНЮ

12 июля 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)	35	2,84	3,80	13,80	94,27	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	2,78	5,09	20,67	139,32	0,36
УСП	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)	180	1,47	2,31	9,55	74,65	0,54
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>7,09</b>	<b>11,20</b>	<b>44,02</b>	<b>308,24</b>	<b>0,98</b>
<b>II Завтрак</b>								
УСП	ТК№0 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (мандарины (свежие))	83	0,66	0,17	6,23	31,57	31,57
<b>Итого</b>			<b>83</b>	<b>0,66</b>	<b>0,17</b>	<b>6,23</b>	<b>31,57</b>	<b>31,57</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№0 14	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты свежие)	50	0,00	0,10	1,90	12,02	12,52
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	3,16	4,36	5,80	82,44	2,51
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	7,85	6,72	9,13	139,27	6,02
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный, сахар-песок, вода питьевая)	150	0,00	0,00	7,15	27,10	0,04
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,00	47,50	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>545</b>	<b>14,02</b>	<b>12,13</b>	<b>52,98</b>	<b>365,83</b>	<b>21,09</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	226	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ВАРЕННЫЙ НА ПАРУ) (творог 5% жир, соль, крупа манная (м), масло сливочное несоленое 82,5%жир, яйцо, сахар-песок, виноград сушеный (изюм), масло подсолнечное)	100	15,35	10,20	23,84	248,46	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	180	5,21	4,49	7,54	96,99	0,54
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир, яйцо, молоко 2,5% жир, творог 5% жир, дрожжи, соль, ванилин, масло подсолнечное)	75	6,13	3,53	34,51	206,27	0,11
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>28,35</b>	<b>18,44</b>	<b>79,89</b>	<b>599,22</b>	<b>0,65</b>
<b>Всего</b>				<b>50,12</b>	<b>41,94</b>	<b>183,12</b>	<b>1 304,85</b>	<b>54,29</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.