

Утверждаю

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

Директор  
/Новицкая Л.И./

## МЕНЮ

25 июля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое 82,5% жир, батон нарезной из муки в/с)	35	1,65	5,00	18,04	98,90	0,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	50	0,60	2,08	11,11	36,24	2,23
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, несоленое 82,5% жир) соль, масло подсолнечное, масло сливочное	140	6,66	18,02	2,38	208,90	0,21
УСП	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,51	2,36	12,34	89,81	0,47
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>10,42</b>	<b>27,46</b>	<b>43,87</b>	<b>433,85</b>	<b>2,91</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	180	0,00	0,18	18,18	82,80	3,60
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>18,18</b>	<b>82,80</b>	<b>3,60</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель (ранний), лук зеленый, масло подсолнечное, соль)	50	0,72	6,18	2,86	68,35	2,69
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (сметана 15% жир, капуста квашеная, картофель (ранний), морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка), чеснок свежий, соль)	200/5	3,34	5,90	4,13	91,28	6,41
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (окорок куриный, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)	80	8,38	14,22	0,00	179,94	0,58
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	130	3,64	2,90	28,77	155,00	0,00
УСП	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напитки витаминизированные сухие, вода питьевая)	180	0,00	0,00	1,34	5,58	0,46
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>705</b>	<b>19,63</b>	<b>30,44</b>	<b>72,10</b>	<b>628,15</b>	<b>10,14</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь свежая, картофель (ранний), горошек зеленый (консерв), капуста свежая, кабачки, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)	160	1,73	1,33	12,24	70,98	7,12
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	180	5,22	4,50	7,56	97,18	0,54
УСП	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки (свежие))	100	0,40	0,40	9,79	46,97	9,99
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,00	47,50	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	4,99	4,11	16,90	137,37	0,07
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>14,00</b>	<b>10,56</b>	<b>60,49</b>	<b>400,00</b>	<b>17,72</b>
<b>Всего</b>				<b>44,05</b>	<b>68,64</b>	<b>194,64</b>	<b>1 544,80</b>	<b>34,37</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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



## МЕНЮ

25 июля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ <small>(масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с)</small>	30	1,13	8,83	12,08	105,80	0,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО <small>(горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)</small>	40	0,49	1,41	9,21	27,46	5,79
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)</small>	110	7,26	14,33	2,03	185,04	0,16
УСП	ТК№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)</small>	180	1,81	2,83	11,62	94,50	0,57
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>10,69</b>	<b>27,40</b>	<b>34,94</b>	<b>412,80</b>	<b>6,52</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(соки фруктовые)</small>	150	0,00	0,15	15,15	69,00	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,00</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>69,00</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ <small>(картофель (ранний), лук репчатый, масло подсолнечное)</small>	50	0,70	6,66	2,77	73,67	2,43
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ <small>(капуста квашеная, картофель (ранний), морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5%жир, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), сметана 15% жир)</small>	150/15/3	3,95	4,34	3,10	78,08	4,96
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ <small>(окорск куриный, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)</small>	75	7,02	12,52	18,31	237,61	0,47
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ <small>(макаронны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)</small>	110	2,90	3,09	22,83	128,59	0,00
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ <small>(соки фруктовые)</small>	150	0,00	0,15	15,15	69,00	3,00
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	20	1,32	0,18	11,20	38,00	0,00
УСП	ТК№0 03	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	25	1,35	0,73	15,00	57,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>598</b>	<b>17,24</b>	<b>27,67</b>	<b>88,36</b>	<b>682,45</b>	<b>10,86</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ <small>(морковь свежая, горошек зеленый (консерв), капуста свежая, сахар-песок, капуста цветная, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)</small>	130	1,01	0,92	10,72	56,72	5,08
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% <small>(ряженка 2,5% жир)</small>	180	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
УСП	ТК№0 10	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ <small>(яблоки (свежие))</small>	150	0,60	0,60	14,67	70,34	14,97
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>8,49</b>	<b>6,24</b>	<b>46,95</b>	<b>271,76</b>	<b>20,59</b>
<b>Всего</b>				<b>36,42</b>	<b>61,46</b>	<b>185,40</b>	<b>1 436,01</b>	<b>40,97</b>

Диетсестра

Ивушкина Е.А.