

Утверждаю

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



## МЕНЮ

### 6 августа 2024 г.

### Дети ясли

Сборник рецептов	№ 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)</small>	30	2,63	3,74	11,00	84,59	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	3,05	6,83	21,18	163,77	0,53
УСП	ТК№0 40	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)</small>	180	1,42	2,21	9,33	72,42	0,51
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>7,10</b>	<b>12,78</b>	<b>41,51</b>	<b>320,78</b>	<b>1,12</b>
<b>II Завтрак</b>								
УСП	ТК№0 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ <small>(мандарины (свежие))</small>	100	0,75	0,19	6,99	35,39	35,39
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,75</b>	<b>0,19</b>	<b>6,99</b>	<b>35,39</b>	<b>35,39</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№0 17	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ <small>(огурцы соленые)</small>	50	0,00	0,05	0,85	6,50	2,50
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА <small>(картофель (ранний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, филе минтая, укроп (свежий))</small>	250/15/1	5,54	3,04	5,79	74,91	4,11
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ <small>(окорок куриный, масло сливочное несоленое 82,5% жир, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)</small>	130	10,11	15,23	21,30	274,64	1,00
	ТК№0 32	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ <small>(абрикосы сушеные (курага), сахар-песок, крахмал картофельный, кислота лимонная, вода питьевая)</small>	150	0,43	0,10	32,16	104,46	0,40
УСП	ТК№ 003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,88	0,25	15,87	53,83	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	25	1,26	0,68	14,00	53,67	0,00
<b>Итого</b>			<b>646</b>	<b>19,22</b>	<b>19,35</b>	<b>89,97</b>	<b>568,01</b>	<b>8,01</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ <small>(мясо говядина Б/к (лопатка), картофель (ранний), лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)</small>	150	11,63	10,77	3,80	177,33	2,80
2008	435	КЕФИР 2,5% <small>(кефир 2,5%)</small>	180	3,17	4,83	6,67	88,33	16,67
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	15	1,10	0,15	9,33	31,67	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" <small>(мука, дрожжи, соль, сахар-песок, масло подсолнечное, яйцо, вода питьевая)</small>	55	3,66	3,80	26,23	157,73	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>19,56</b>	<b>19,55</b>	<b>46,03</b>	<b>455,06</b>	<b>19,47</b>
<b>Всего</b>				<b>46,63</b>	<b>51,87</b>	<b>184,50</b>	<b>1 379,24</b>	<b>63,99</b>

Диетсестра

Синичкина Л. В.

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
**6 августа 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(сыр полутвердый батон нарезной из муки в/с)</small>	45	3,73	5,38	15,10	119,36	0,12
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>	180	3,92	8,25	26,79	204,84	0,68
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (аллергики) <small>(рис пшено вода питьевая масло сливочное несоленое 82,5% жир сахар-песок соль)</small>	180	2,17	4,51	22,30	131,87	0,00
УСП	ТК №040	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный сахар-песок молоко 2,5% жир вода питьевая)</small>	180	1,01	1,57	10,55	65,89	0,40
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) <small>(чай черный вода питьевая сахар-песок)</small>	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>8,66</b>	<b>15,20</b>	<b>52,44</b>	<b>390,09</b>	<b>1,20</b>
<b>II Завтрак</b>								
УСП	ТК №54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ <small>(мандарины (свежие))</small>	110	0,81	0,20	7,59	38,48	38,48
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) <small>(яблоки (свежие))</small>	110	0,62	0,62	15,09	72,38	15,40
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>0,81</b>	<b>0,20</b>	<b>7,59</b>	<b>38,48</b>	<b>38,48</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК №014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ <small>(томаты свежие)</small>	45	0,00	0,09	1,75	11,05	11,51
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ <small>(картофель (ранний) крупа перловая морковь свежая лук репчатый огурцы соленые масло сливочное несоленое 82,5% жир вода питьевая соль мясо говядина б/к (лопатка) сметана 15% жир лук зеленый)</small>	200/10/9	2,76	3,47	6,17	73,25	2,50
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ <small>(мясо говядина б/к (лопатка) масло сливочное несоленое 82,5% жир картофель (ранний) сухари панировочные соль лук репчатый картофель (поздний))</small>	200	12,39	12,30	26,94	278,32	14,63
УСП	ТК №022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ <small>(напитки витаминизированные сухие вода питьевая)</small>	180	0,00	0,00	1,38	5,73	0,47
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) <small>(соки фруктовые)</small>	200	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,88	0,25	15,87	53,83	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	35	1,76	0,94	19,55	74,95	0,00
<b>Итого</b>			<b>704</b>	<b>18,79</b>	<b>17,05</b>	<b>71,66</b>	<b>497,13</b>	<b>29,11</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ <small>(печень говяжья масло подсолнечное мука молоко 2,5% жир лук репчатый масло сливочное несоленое 82,5% жир яйцо соль)</small>	80	12,06	8,85	9,37	191,45	0,71
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики) <small>(мясо говядина б/к (лопатка) картофель (ранний) лук репчатый масло сливочное несоленое 82,5% жир соль)</small>	130	12,12	10,33	4,69	180,82	3,47
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ <small>(морковь свежая картофель (ранний) горошек зеленый (консерв) капуста свежая соль молоко 2,5% жир масло сливочное несоленое 82,5% жир мука вода питьевая сахар-песок масло подсолнечное)</small>	130	1,02	1,70	7,43	42,85	7,17
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% <small>(ряженка 2,5% жир)</small>	180	4,85	4,18	7,03	90,39	0,50
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ <small>(мука молоко 2,5% жир сахар-песок масло подсолнечное яйцо дрожжи соль творог 5% жир)</small>	70	5,57	5,91	29,30	206,63	0,12
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,88	0,25	15,87	53,83	0,00
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>25,38</b>	<b>20,89</b>	<b>69,00</b>	<b>585,15</b>	<b>8,50</b>
<b>Всего</b>			<b>53,64</b>	<b>53,34</b>	<b>200,69</b>	<b>1 510,85</b>	<b>77,29</b>	

Диетсестра

Синичкина Л. В.