

Утверждаю

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

Директор

/Новицкая Л.И./

## МЕНЮ

### 8 августа 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	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	0,51	1,41	9,47	27,89	5,90
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)</small>	110	7,24	14,29	1,96	184,17	0,16
УСП	ТК№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)</small>	180	1,73	2,70	11,39	91,49	0,54
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>10,61</b>	<b>27,23</b>	<b>34,90</b>	<b>409,35</b>	<b>6,60</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(соки фруктовые)</small>	150	0,00	0,15	14,81	67,47	2,93
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,00</b>	<b>0,15</b>	<b>14,81</b>	<b>67,47</b>	<b>2,93</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ <small>(картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное)</small>	50	0,66	6,73	6,26	87,99	3,58
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ <small>(капуста квашеная, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), сметана 15% жир)</small>	150/15/5	3,93	4,37	4,41	83,06	5,01
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ <small>(окорок куринный, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)</small>	75	7,01	12,40	18,26	235,18	0,47
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ <small>(макаронны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	110	3,04	3,11	23,96	134,05	0,00
2008	442	СОК <small>(соки фруктовые)</small>	150	0,00	0,15	14,81	67,47	2,93
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	20	1,21	0,16	10,27	34,83	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>600</b>	<b>17,20</b>	<b>27,65</b>	<b>92,97</b>	<b>700,08</b>	<b>11,99</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	0,98	0,79	10,60	54,07	5,08
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% <small>(ряженка 2,5% жир)</small>	180	5,32	4,58	7,70	99,00	0,55
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,43	0,19	12,13	41,17	0,00
УСП	ТК№0 10	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ <small>(яблоки (свежие))</small>	150	0,59	0,59	14,52	69,65	14,82
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>8,32</b>	<b>6,15</b>	<b>44,95</b>	<b>263,89</b>	<b>20,45</b>
<b>Всего</b>				<b>36,13</b>	<b>61,18</b>	<b>187,63</b>	<b>1 440,79</b>	<b>41,97</b>

Диетсестра



Синичкина Л. В.

Утверждаю

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

Директор  
/Новицкая Л.И./



**МЕНЮ**  
**8 августа 2024 г.**  
**Дети сад**

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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с)	35	1,63	5,13	17,83	99,14	0,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	50	0,62	2,08	11,45	36,85	2,38
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	140	6,65	18,09	2,30	208,79	0,20
УСП	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ (какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,42	2,24	12,41	87,67	0,45
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>10,32</b>	<b>27,54</b>	<b>43,99</b>	<b>432,45</b>	<b>3,03</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	180	0,00	0,18	17,83	81,21	3,53
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>17,83</b>	<b>81,21</b>	<b>3,53</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (картофель (поздний), лук зелёный, масло подсолнечное, соль)	50	0,69	6,11	6,41	81,65	3,80
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (сметана 15% жир, капуста квашеная, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка), чеснок свежий, соль)	200/5	3,32	5,95	6,13	98,89	6,57
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (окорок куриный, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)	80	8,43	14,21	0,00	180,24	0,58
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макароны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	130	3,86	2,91	30,56	163,39	0,00
УСП	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напитки витаминизированные сухие, вода питьевая)	180	0,00	0,00	1,71	7,11	0,59
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,43	0,19	12,13	41,17	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,87	1,00	20,79	79,71	0,00
<b>Итого</b>			<b>705</b>	<b>19,60</b>	<b>30,37</b>	<b>77,73</b>	<b>652,16</b>	<b>11,54</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь свежая, картофель (поздний), горошек зеленый (консерв), капуста свежая, кабачки, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)	160	1,67	1,25	14,57	78,03	7,88
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	180	5,29	4,56	7,66	98,53	0,55
УСП	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки (свежие))	100	0,39	0,39	9,65	46,30	9,85
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,43	0,19	12,13	41,17	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	6,28	4,86	16,58	153,14	0,10
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>15,06</b>	<b>11,25</b>	<b>60,59</b>	<b>417,17</b>	<b>18,38</b>
<b>Всего</b>				<b>44,98</b>	<b>69,34</b>	<b>200,14</b>	<b>1 582,99</b>	<b>36,48</b>

Диетсестра

Синичкина Л. В.