

Утверждаю

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

Директор
/Новицкая Л.И./**МЕНЮ**
12 августа 2024 г.**Дети ясли**

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая цен-ность, ккал | Вита-мин С, мг |
|----------------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|---------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 213 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйцо) | 40 | 3,12 | 4,49 | 0,27 | 61,29 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (хлопья овсяные (геркулес), вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир) | 130 | 1,91 | 5,15 | 15,22 | 121,44 | 0,34 |
| УСП | ТК№0 28 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая) | 180 | 1,53 | 2,14 | 10,62 | 79,12 | 0,46 |
| УСП | ТК№0 04 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с) | 30 | 1,53 | 0,82 | 17,00 | 65,17 | 0,00 |
| Итого | | | 380 | 8,09 | 12,60 | 43,11 | 327,02 | 0,80 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЙОГУРТ 2,5% (йогурт фруктовый 2,5% жир) | 150 | 3,75 | 3,75 | 6,77 | 84,77 | 1,05 |
| Итого | | | 150 | 3,75 | 3,75 | 6,77 | 84,77 | 1,05 |
| Обед | | | | | | | | |
| УСП | ТК№1 03 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие) | 50 | 0,00 | 0,05 | 1,24 | 6,97 | 4,98 |
| 2008 | 80 | БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла (свежая), капуста свежая, картофель (поздний), морковь свежая, фасоль белая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5% жир, сахар-песок, кислота лимонная, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка), сметана 15% жир) | 200/10 | 2,55 | 4,57 | 8,39 | 89,73 | 5,80 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (филе минтая, вода питьевая, морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло подсолнечное, кислота лимонная, сахар-песок, соль) | 70 | 5,31 | 2,82 | 3,48 | 68,09 | 1,24 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель (поздний), молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль) | 110 | 2,02 | 3,43 | 15,74 | 99,42 | 7,65 |
| 2008 | 437 | НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (клюква замороженная, вода питьевая, сахар-песок) | 150 | 0,00 | 0,00 | 22,58 | 90,30 | 0,00 |
| УСП | ТК№0 03 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный) | 20 | 1,32 | 0,18 | 11,20 | 38,00 | 0,00 |
| УСП | ТК№0 04 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с) | 25 | 1,26 | 0,68 | 14,00 | 53,67 | 0,00 |
| Итого | | | 635 | 12,46 | 11,73 | 76,63 | 446,18 | 19,67 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста свежая, мясо говядина б/к (лопатка), рис, лук репчатый, масло подсолнечное, соль) | 150 | 9,71 | 12,42 | 11,62 | 215,83 | 18,13 |
| УСП | ТК№0 49 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок) | 190 | 0,00 | 0,02 | 6,89 | 30,75 | 2,40 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный) | 20 | 1,32 | 0,18 | 11,20 | 38,00 | 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) | 50 | 5,80 | 4,21 | 32,06 | 198,59 | 0,07 |
| Итого | | | 410 | 16,83 | 16,83 | 61,77 | 483,17 | 20,60 |
| Всего | | | | 41,13 | 44,91 | 188,28 | 1 341,14 | 42,12 |

Диетсестра

Синичкина Л. В.

Утверждаю

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

Директор

/Новицкая Л. И./

МЕНЮ

12 августа 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 213 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ <small>(яйцо)</small> | 40 | 3,12 | 4,48 | 0,27 | 61,22 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(хлопья овсяные (геркулес) вода питьевая молоко 2.5% жир соль сахар-песок масло сливочное несоленое 82.5%жир)</small> | 180 | 2,91 | 8,10 | 23,01 | 185,54 | 0,46 |
| УСП | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small> | 40 | 2,03 | 1,09 | 22,55 | 86,45 | 0,00 |
| УСП | ТК№0 28 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ <small>(кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2.5% жир)</small> | 180 | 3,03 | 4,52 | 15,97 | 139,60 | 0,97 |
| Итого | | | 440 | 11,09 | 18,19 | 61,80 | 472,81 | 1,43 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| УСП | 15 | ЙОГУРТ 2,5% <small>(йогурт фруктовый 2,5% жир)</small> | 180 | 4,50 | 4,50 | 8,12 | 101,72 | 1,26 |
| Итого | | | 180 | 4,50 | 4,50 | 8,12 | 101,72 | 1,26 |
| Обед | | | | | | | | |
| УСП | ТК №103 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ <small>(огурцы свежие)</small> | 50 | 0,00 | 0,05 | 1,23 | 6,91 | 4,93 |
| 2008 | 80 | БОРЩ СИБИРСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ <small>(свекла (свежая), капуста свежая, картофель (поздний), морковь свежая, фасоль белая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82.5%жир, сахар-песок, кислота лимонная, вода питьевая, окорок куриный, сметана 15% жир, чеснок свежий)</small> | 200/15/10 | 3,21 | 7,34 | 9,43 | 126,80 | 5,96 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ <small>(филе минтая, вода питьевая, морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло подсолнечное, кислота лимонная, сахар-песок)</small> | 70 | 5,82 | 3,07 | 3,00 | 71,16 | 1,03 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>(картофель (поздний), молоко 2.5% жир, масло сливочное несоленое 82.5%жир, соль)</small> | 150 | 2,75 | 5,45 | 21,35 | 140,97 | 10,38 |
| 2008 | 437 | НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ <small>(клюква замороженная, вода питьевая, сахар-песок)</small> | 200 | 0,00 | 0,00 | 23,70 | 94,76 | 0,00 |
| УСП | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small> | 25 | 1,69 | 0,22 | 14,29 | 48,48 | 0,00 |
| УСП | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small> | 35 | 1,78 | 0,95 | 19,76 | 75,74 | 0,00 |
| Итого | | | 755 | 15,25 | 17,08 | 92,76 | 564,82 | 22,30 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ <small>(капуста свежая, мясо говядина б/к (лопатка), рис, лук репчатый, масло подсолнечное, соль)</small> | 150 | 9,69 | 11,96 | 11,80 | 212,15 | 18,15 |
| УСП | 049 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ <small>(лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)</small> | 200 | 0,00 | 0,02 | 6,97 | 31,18 | 2,51 |
| УСП | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small> | 30 | 2,03 | 0,27 | 17,19 | 58,31 | 0,00 |
| 2008 | 479 | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" <small>(мука, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82.5%жир, яйцо, молоко 2.5% жир, творог 5% жир, дрожжи, соль, ванилин, масло подсолнечное)</small> | 70 | 6,09 | 3,48 | 36,71 | 213,79 | 0,10 |
| Итого | | | 450 | 17,81 | 15,73 | 72,67 | 515,43 | 20,76 |
| Всего | | | | 48,65 | 55,50 | 235,35 | 1 654,78 | 45,75 |

Диетсестра



Синичкина Л. В.