

Утверждаю

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



Директор

МЕНЮ 15 августа 2024 г.

Дети ясли

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)</small>	35	2,99	3,94	15,00	99,92	0,08
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(рис, вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	140	2,19	5,96	17,32	133,22	0,39
УСП		ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)</small>	180	1,46	2,28	9,47	74,07	0,52
Итого			355	6,64	12,18	41,79	307,21	0,99
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ 2,5% <small>(йогурт фруктовый 2,5% жир)</small>	180	4,54	4,54	8,19	102,66	1,27
Итого			180	4,54	4,54	8,19	102,66	1,27
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ <small>(картофель (поздний), свекла (свежая), морковь свежая, огурцы соленые, капуста квашеная, лук репчатый, масло подсолнечное)</small>	60	0,26	5,38	4,61	70,38	6,51
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ <small>(сметана 15% жир, капуста свежая, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, горошек зеленый (консерв), масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, соль, петрушка свежая, мясо говядина б/к (лопатка))</small>	150/10/5	3,22	3,55	8,04	78,75	6,17
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ <small>(печень говяжья, мука, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, томат-паста)</small>	50/30	11,57	9,00	6,06	169,17	0,31
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ <small>(макаронны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	110	2,76	3,07	21,68	123,12	0,00
УСП	ТК№0 27	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА <small>(плоды шиповника, сахар-песок, вода питьевая)</small>	150	0,00	0,16	10,39	51,95	0,12
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	20	1,54	0,21	13,07	44,33	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	25	1,62	0,87	18,00	69,00	0,00
Итого			610	20,97	22,24	81,85	606,70	13,11
Уплотненный полдник								
2013	521	СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ <small>(сельдь соленая неразделанная)</small>	44	5,72	4,22	0,00	80,96	0,44
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>(картофель (поздний), молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)</small>	110	2,03	3,46	15,79	100,01	7,66
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>(компотная смесь (сухофрукты), сахар-песок, кислота лимонная, вода питьевая)</small>	195	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	23	1,54	0,21	13,07	44,33	0,00
	ТК№0 18	ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье)</small>	25	1,90	2,50	21,67	92,50	0,00
Итого			397	11,19	10,39	55,37	337,15	8,10
Всего				43,34	49,35	187,20	1 353,72	23,47

Диетсестра

Синичкина Л. В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)</small>	40	4,36	5,78	21,68	145,63	0,13
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(рис, вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир)</small>	175	4,46	7,13	24,55	180,40	0,44
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики) <small>(рис, вода питьевая, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир)</small>	205	2,07	4,30	26,41	145,25	0,00
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)</small>	180	1,04	1,62	10,33	66,05	0,40
Итого			395	9,86	14,53	56,56	392,08	0,97
II Завтрак								
УСП	ТК № 15	ЙОГУРТ 2,5% <small>(йогурт фруктовый 2.5% жир)</small>	190	4,79	4,79	8,63	108,16	1,34
Итого			190	4,79	4,79	8,63	108,16	1,34
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ <small>(лук репчатый, картофель (поздний), свекла (свежая), морковь свежая, огурцы соленые, капуста квашеная, масло подсолнечное, соль)</small>	60	0,25	6,48	4,20	78,17	5,86
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ <small>(окорок куриный, сметана 15% жир, капуста свежая, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, горошек зеленый (консерв), масло сливочное несоленое 82,5%жир, вода питьевая, петрушка свежая, соль)</small>	180/10/8	3,25	5,26	9,04	100,85	6,76
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (аллергики) <small>(мясо говядина б/к (лопатка), сметана 15% жир, капуста свежая, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, горошек зеленый (консерв), масло сливочное несоленое 82,5%жир, вода питьевая)</small>	250/15/5	3,48	6,19	13,52	117,53	8,74
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ <small>(печень говяжья, масло сливочное несоленое 82,5%жир, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок, томат-паста)</small>	70/30	12,84	9,91	15,18	224,51	0,46
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>(макарони в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)</small>	130	3,36	1,75	26,52	136,26	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА <small>(плоды шиповника, сахар-песок, вода питьевая)</small>	180	0,00	0,22	13,40	67,99	0,16
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,88	0,25	15,92	54,00	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	35	2,28	1,23	25,37	97,25	0,00
Итого			728	23,86	25,10	109,63	759,03	13,24
Уплотненный полдник								
2013	521	СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ <small>(сельдь соленая неразделанная)</small>	70	7,79	5,75	0,00	110,26	0,25
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) <small>(мясо говядина б/к (лопатка), морковь свежая, лук репчатый)</small>	50	10,85	8,18	0,29	141,60	0,12
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ <small>(картофель (поздний), молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5%жир, соль)</small>	130	2,39	4,16	18,51	118,38	8,98
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>(компотная смесь (сухофрукты), сахар-песок, кислота лимонная, вода питьевая)</small>	200	0,00	0,00	11,72	46,84	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,88	0,25	15,92	54,00	0,00
УСП	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ <small>(печенье)</small>	30	1,95	2,85	21,65	121,35	0,00
Итого			455	14,01	13,01	67,80	450,83	9,23
Всего				52,52	57,43	242,62	1 710,10	24,78

Диетсестра

Синичкина Л В