

Утверждаю

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

Директор

МЕНЮ

22 августа 2024 г.

Дети ясли

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
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	0,50	2,06	9,25	33,23	5,32
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)</small>	110	7,13	14,17	2,07	183,21	0,17
УСП	ТК№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)</small>	180	1,86	2,89	11,38	94,12	0,59
Итого			360	10,62	27,95	34,78	416,36	6,08
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(соки фруктовые)</small>	150	0,00	0,15	15,40	70,15	3,05
Итого			150	0,00	0,15	15,40	70,15	3,05
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ <small>(картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное)</small>	50	0,66	6,08	6,29	82,33	3,62
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>	150/15/3	3,79	3,87	4,57	79,28	5,83
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ <small>(окорок куриный, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)</small>	75	7,01	12,75	18,30	238,77	0,47
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ <small>(макаронны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)</small>	110	2,93	3,43	23,11	132,42	0,00
2008	442	СОК <small>(соки фруктовые)</small>	150	0,00	0,15	15,40	70,15	3,05
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	20	1,41	0,19	11,90	40,38	0,00
УСП	ТК№0 03	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	25	1,28	0,69	14,25	54,63	0,00
Итого			598	17,08	27,16	93,82	697,96	12,97
Уплотненный полдник								
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	1,02	0,82	10,27	53,36	4,99
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% <small>(ряженка 2,5% жир)</small>	178	5,15	4,44	7,46	95,85	0,53
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	28	1,82	0,24	15,40	52,25	0,00
УСП	ТК№0 10	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ <small>(яблоки (свежие))</small>	153	0,61	0,61	14,99	71,89	15,30
Итого			489	8,60	6,11	48,12	273,35	20,82
Всего				36,30	61,37	192,12	1 457,82	42,92

Диетсестра



Синичкина Л. В.

Утверждаю

Директор

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

/Новицкая Л.И./

МЕНЮ

22 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ <small>(масло сливочное несоленое 82,5% жир. батон нарезной из муки в/с)</small>	35	1,60	5,12	17,52	97,95	0,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО <small>(горошек зеленый (консерв) масло подсолнечное петрушка свежая)</small>	50	0,60	2,08	11,15	36,28	2,22
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйцо, молоко 2,5% жир. соль, масло подсолнечное, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	140	6,70	18,32	2,46	211,77	0,22
УСП	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ <small>(какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир. вода питьевая)</small>	180	1,54	2,41	12,60	91,40	0,48
Итого			405	10,44	27,93	43,73	437,40	2,92
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(соки фруктовые)</small>	180	0,00	0,18	18,39	83,75	3,64
Итого			180	0,00	0,18	18,39	83,75	3,64
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ <small>(картофель (поздний), лук зелёный, масло подсолнечное, соль)</small>	50	0,68	6,23	6,39	82,73	3,79
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ <small>(сметана 15% жир. капуста квашеная, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, мясо говядина б/ж (лопатка), чеснок свежий, соль)</small>	200/5	3,30	5,94	6,21	100,00	7,61
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ <small>(окорок куриный, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир. соль, сахар-песок)</small>	80	8,37	14,13	0,00	179,20	0,58
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ <small>(макаронны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	130	3,78	3,03	29,85	161,01	0,00
УСП	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ <small>(напитки витаминизированные сухие, вода питьевая)</small>	180	0,00	0,00	1,36	5,65	0,46
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,82	0,24	15,40	52,25	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	35	1,82	0,98	20,28	77,72	0,00
Итого			705	19,77	30,55	79,49	658,56	12,44
Уплотненный полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ <small>(морковь свежая, картофель (поздний), горошек зеленый (консерв), капуста свежая, кабачки, мука, вода питьевая, сметана 15% жир. соль)</small>	160	1,69	1,27	14,63	78,60	7,87
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% <small>(ряженка 2,5% жир)</small>	180	5,14	4,43	7,44	95,64	0,53
УСП	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ <small>(яблоки (свежие))</small>	100	0,41	0,41	10,05	48,22	10,26
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,82	0,24	15,40	52,25	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ <small>(мука, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир. яйцо, соль, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное, творог 5% жир)</small>	70	6,97	6,74	32,92	231,07	0,07
Итого			535	16,03	13,09	80,44	505,78	18,73
Всего				46,24	71,75	222,05	1 685,49	37,73

Диетсестра



Синичкина Л. В.