

Утверждаю

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

## МЕНЮ 23 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>(сыр полутвердый, батон нарезной из муки в/с)</small>	35	2,97	4,00	14,25	98,38	0,09
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ <small>(крупа манная (м) вода питьевая молоко 2,5% жир соль сахар-песок масло сливочное несоленое 82,5% жир)</small>	135	2,77	5,87	20,16	142,60	0,36
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный, вода питьевая, сахар-песок, молоко 2,5% жир)</small>	180	1,46	2,27	9,46	73,78	0,53
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>7,20</b>	<b>12,14</b>	<b>43,87</b>	<b>314,76</b>	<b>0,98</b>
<b>II Завтрак</b>								
УСП	ТК№054	МАНДАРИН СВЕЖИЙ <small>(мандарины (свежие))</small>	100	0,80	0,20	7,51	38,07	38,07
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>7,51</b>	<b>38,07</b>	<b>38,07</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ <small>(томаты свежие)</small>	50	0,00	0,08	1,57	9,92	10,34
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ <small>(картофель (поздний), крупа перловая, морковь свежая, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), сметана 15% жир)</small>	150/10/5	3,12	4,16	9,94	97,79	4,04
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ <small>(мясо говядина б/к (лопатка), масло сливочное несоленое 82,5% жир, картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное, сухари панировочные, соль)</small>	130	7,75	8,55	20,52	197,27	10,36
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ <small>(чай черный, сахар-песок, вода питьевая)</small>	150	0,00	0,00	7,63	29,04	0,04
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>	25	1,35	0,73	15,00	57,50	0,00
<b>Итого</b>			<b>545</b>	<b>14,04</b>	<b>13,76</b>	<b>70,06</b>	<b>443,77</b>	<b>24,78</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>	50	7,38	5,00	5,79	113,36	0,44
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ <small>(морковь свежая, картофель (поздний), горошек зеленый (консерв), капуста свежая, соль, молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, мука, вода питьевая)</small>	120	1,61	4,69	12,30	88,55	7,32
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% <small>(ряженка 2,5% жир)</small>	180	5,28	4,55	7,65	98,30	0,55
УСП	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	25	1,82	0,24	15,40	52,25	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ <small>(мука, сахар-песок, яйцо, дрожжи, вода питьевая, соль, творог 5% жир, ванилин, масло подсолнечное)</small>	50	5,88	3,25	21,66	153,81	0,05
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>21,97</b>	<b>17,73</b>	<b>62,80</b>	<b>506,27</b>	<b>8,36</b>
<b>Всего</b>				<b>44,01</b>	<b>43,83</b>	<b>184,24</b>	<b>1 302,87</b>	<b>72,19</b>

Диетсестра



Синичкина Л. В.

Утверждаю

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

Директор

## МЕНЮ

23 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>	40	3,77	5,32	16,24	122,07	0,12
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ <small>(крупа манная (м), вода питьевая, молоко 2,5% жир, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир)</small>	180	3,49	6,41	25,56	173,82	0,46
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) <small>(крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)</small>	150	8,49	6,89	38,55	250,08	0,00
УСП	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ <small>(чай черный, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)</small>	180	0,72	1,12	8,57	50,52	0,30
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>400</b>	<b>7,98</b>	<b>12,85</b>	<b>50,37</b>	<b>346,41</b>	<b>0,88</b>
<b>II Завтрак</b>								
УСП	ТК № 54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ <small>(мандарины (свежие))</small>	120	0,96	0,24	8,98	45,52	45,52
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики) <small>(яблоки (свежие))</small>	120	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>8,98</b>	<b>45,52</b>	<b>45,52</b>
<b>Обед</b>								
УСП	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ <small>(огурцы соленые)</small>	60	0,00	0,07	1,15	8,76	3,37
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА <small>(картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5%жир, вода питьевая, филе минтая, соль, укроп (свежий))</small>	180/15/5	4,38	1,22	13,31	85,49	7,20
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ (аллергики) <small>(картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5%жир, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка))</small>	250	5,18	5,95	19,49	154,71	9,70
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ <small>(филе индейки, масло подсолнечное, морковь свежая, лук репчатый, рис, соль)</small>	150	8,86	9,31	27,07	248,00	1,37
2012	304	ПЛОВ (аллергики) <small>(мясо говядина б/к (лопатка), масло подсолнечное, лук репчатый, рис, соль)</small>	200	15,87	16,32	31,89	364,98	0,33
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ <small>(абрикосы сушеные (курага), сахар-песок, крахмал картофельный, кислота лимонная, вода питьевая)</small>	180	0,36	0,10	34,31	109,97	0,44
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	30	2,15	0,29	18,15	61,59	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	35	1,90	1,02	21,10	80,90	0,00
<b>Итого</b>			<b>655</b>	<b>17,65</b>	<b>12,01</b>	<b>115,09</b>	<b>594,71</b>	<b>12,38</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ <small>(мясо говядина б/к (лопатка), картофель (поздний), лук репчатый, масло подсолнечное, соль, томат-паста)</small>	150	12,41	10,87	13,92	227,08	7,26
2008	435	КЕФИР 2.5% <small>(кефир 2,5%)</small>	200	3,93	6,00	8,28	109,66	20,69
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	30	2,15	0,29	18,15	61,59	0,00
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" <small>(мука, дрожжи, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир, яйцо, виноград сушеный (изюм), вода питьевая, масло подсолнечное)</small>	70	4,46	5,49	40,79	227,48	0,00
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>22,95</b>	<b>22,65</b>	<b>81,14</b>	<b>625,81</b>	<b>27,95</b>
<b>Всего</b>				<b>49,54</b>	<b>47,75</b>	<b>255,58</b>	<b>612,45</b>	<b>86,73</b>

Диетсестра



Синичкина Л. В.