

Утверждаю

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

Директор

/Новицкая Л.И./

МЕНЮ

26 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		
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	1,94	5,53	14,52	121,88	0,35
УСП	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток сахар-песок молоко 2,5% жир. вода питьевая)	180	1,54	2,22	10,31	78,81	0,48
УСП	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	30	1,62	0,87	18,00	69,00	0,00
Итого			380	8,22	13,11	43,10	330,98	0,83
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ 2,5% (йогурт фруктовый 2,5% жир)	150	3,88	3,88	6,99	87,59	1,09
Итого			150	3,88	3,88	6,99	87,59	1,09
Обед								
УСП	ТК№103	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	50	0,00	0,05	1,25	7,02	5,01
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	2,59	4,92	9,23	96,09	5,88
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель (поздний), молоко 2,5% жир. масло сливочное несоленое 82,5%жир. соль)	110	2,02	3,78	15,66	101,72	7,61
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	5,36	3,15	2,97	69,13	1,11
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (клюква замороженная, вода питьевая, сахар-песок)	150	0,00	0,00	22,99	91,92	0,00
УСП	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,32	0,18	11,20	38,00	0,00
УСП	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	25	1,35	0,73	15,00	57,50	0,00
Итого			635	12,64	12,81	78,30	461,38	19,61
Уплотненный полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста свежая, мясо говядина б/к (лопатка), рис, лук репчатый, масло подсолнечное, соль)	150	9,73	11,77	11,96	211,23	18,40
УСП	ТК№049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	180	0,00	0,02	6,53	29,55	2,60
		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)	60	5,43	3,50	29,71	181,12	0,07
Итого			410	16,48	15,47	59,40	459,90	21,07
Всего				41,22	45,27	187,79	1 339,85	42,60

Диетсестра



Синичкина Л. В.

Утверждаю

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

Директор

/Новицкая Л.И./

МЕНЮ

26 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 (яйцо)	40	3,12	4,48	0,27	61,22	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)	180	2,93	8,02	22,83	184,49	0,47
УСП	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	40	2,17	1,16	24,10	92,40	0,00
УСП	TK№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2,5% жир)	180	3,13	4,68	16,25	143,21	1,00
Итого			440	11,35	18,34	63,45	481,32	1,47
II Завтрак								
УСП	15	ЙОГУРТ 2,5% (йогурт фруктовый 2,5% жир)	180	4,64	4,64	8,37	104,84	1,30
Итого			180	4,64	4,64	8,37	104,84	1,30
Обед								
УСП	TK №103	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	50	0,00	0,05	1,23	6,89	4,92
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ПТИЦЕЙ 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, окорок куринный, сметана 15% жир, чеснок свежий)	200/15/10	3,24	7,17	9,36	125,29	6,00
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (филе минтая, вода питьевая, морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло подсолнечное, кислота лимонная, сахар-песок)	70	5,86	2,94	3,14	70,62	1,20
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель (поздний), молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5%жир, соль)	150	2,76	5,33	21,39	140,42	10,38
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (клюква замороженная, вода питьевая, сахар-песок)	200	0,00	0,00	23,20	92,75	0,00
УСП	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
УСП	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,39	1,02	21,00	80,50	0,00
Итого			755	15,41	16,73	93,32	563,97	22,50
Уплотненный полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста свежая, мясо говядина б/к (лопатка), рис, лук репчатый, масло подсолнечное, соль)	150	9,89	11,83	11,61	210,40	18,26
УСП	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	200	0,00	0,02	7,00	31,52	2,68
УСП	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	1,97	0,26	16,70	56,67	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)	70	5,89	3,43	35,38	206,96	0,10
Итого			450	17,55	15,54	70,69	505,55	21,04
Всего				48,95	55,25	235,83	1 655,68	46,31

Диетсестра

Синичкина Л. В.