

Утверждаю

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

З.И.о директора

Фурсова Т. Н./



МЕНЮ
30 августа 2024 г.
Дети сад

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ <small>(масло сливочное несоленое 82.5%жир, батон нарезной из муки в/с, джем)</small>	40	1,76	3,22	28,90	128,21	2,37
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО <small>(горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)</small>	40	0,49	1,59	8,94	28,48	1,94
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ <small>(яйцо, молоко 2.5% жир, соль, масло подсолнечное, масло сливочное несоленое 82.5%жир)</small>	150	7,16	19,08	2,51	222,06	0,22
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	24,00	135,53	0,00
УСП	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ <small>(кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2.5% жир)</small>	180	3,13	4,70	16,50	144,55	1,01
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
Итого			410	12,54	28,59	56,85	523,30	5,54
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% <small>(ряженка 2.5% жир)</small>	159	4,61	3,97	6,67	85,79	0,43
Итого			159	4,61	3,97	6,67	85,79	0,48
Обед								
УСП	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ <small>(огурцы свежие)</small>	50	0,00	0,05	1,24	6,93	4,95
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА <small>(картофель (поздний), макароны в/с, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, окорок куриный, укроп (свежий))</small>	180/10/1	3,57	4,22	14,28	113,37	5,17
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, МЯСОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики) <small>(картофель (поздний), макароны в/с, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, мясо говядина б/к (лопатка), петрушка свежая)</small>	200/10/1	3,73	3,66	17,58	123,82	8,72
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА <small>(мясо говядина б/к (лопатка), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82.5%жир, мука, вода питьевая, соль)</small>	80	11,15	10,53	3,55	174,33	0,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ <small>(крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82.5%жир)</small>	130	5,19	4,17	39,01	195,60	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ <small>(соки фруктовые)</small>	180	0,00	0,18	18,21	82,93	3,61
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	17	1,11	0,15	9,39	31,85	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(батон нарезной из муки в/с)</small>	36	1,93	1,04	21,47	82,28	0,00
Итого			684	22,95	20,34	107,15	687,29	14,40
Уплотненный полдник								
2008	126	КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ <small>(капуста цветная, масло сливочное несоленое 82.5%жир)</small>	135	1,98	4,22	6,99	55,75	0,02
УСП	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ <small>(лимона (свежие), вода питьевая, сахар-песок)</small>	180	0,00	0,01	6,65	29,37	2,09
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
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ <small>(хлеб ржано-пшеничный)</small>	28	1,84	0,24	15,54	52,72	0,00
2008	467	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ <small>(мука, соль, дрожжи, молоко 2.5% жир, масло подсолнечное)</small>	50	3,68	3,59	27,66	162,99	0,11
УСП	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ <small>(бананы (свежие))</small>	101	1,01	0,51	21,30	97,35	10,14
Итого			494	8,51	8,57	78,14	398,18	12,36
Всего				48,61	61,47	248,81	1 694,56	32,78

Диетсестра

Ивушкина Е. А.

Утверждаю

0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 662 Кронштадтского района
 Врио директора
 /Фурсова Т. Н./



МЕНЮ

30 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной из муки в/с, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	40	1,30	3,07	24,16	110,60	6,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	30	0,37	1,65	7,00	26,16	5,11
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)	130	8,71	17,19	2,45	222,22	0,20
УСП	ТК№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,52	2,23	7,67	68,25	0,48
Итого			380	11,90	24,14	41,28	427,23	11,79
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5% (ряженка 2,5% жир)	167	4,84	4,17	7,01	90,17	0,50
Итого			167	4,84	4,17	7,01	90,17	0,50
Обед								
УСП	ТК№0 15	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	42	0,00	0,04	1,05	5,88	4,20
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (картофель (поздний), макароны в/с, морковь свежая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, мясо цыплят бройлеров (тушки), укроп (свежий))	150/10/1	2,98	3,98	12,10	101,23	4,34
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (мясо говядина б/к (лопатка), морковь свежая, лук репчатый, масло сливочное несоленое 82,5% жир, мука, вода питьевая, соль)	50/50	10,47	10,16	3,49	166,08	0,66
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	110	3,44	5,28	25,77	147,31	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	160	0,00	0,16	16,16	73,60	3,20
УСП	ТК№ 003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	17	1,13	0,15	9,52	32,30	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	26	1,40	0,75	15,60	59,80	0,00
Итого			616	19,42	20,52	83,69	586,20	12,40
Уплотненный полдник								
2008	126	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ (капуста цветная, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	160	2,29	5,26	8,07	67,06	0,02
УСП	ТК№0 49	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	150	0,00	0,01	2,75	13,31	1,76
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	17	1,13	0,15	9,52	32,30	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука, дрожжи, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)	50	3,70	1,78	27,67	147,11	0,11
УСП	ТК№0 20	БАНАН СВЕЖИЙ (бананы (свежие))	85	0,85	0,42	17,77	81,23	8,46
Итого			462	7,97	7,62	65,78	341,01	10,35
Всего				44,13	56,45	197,76	1 444,61	35,04

Диетсестра

Ивушкина Е. А.