

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 декабря 2023 г.

Дети ясли



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с)	25	1,15	5,04	12,50	79,97	0,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	40	0,49	1,90	9,18	31,62	4,73
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное)	110	7,06	14,05	2,04	181,43	0,17
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	150	8,49	6,89	38,55	250,08	0,00
УСП	ТК№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ (какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	185	1,85	2,89	12,01	96,81	0,59
Итого			360	10,55	23,88	35,73	389,83	5,49
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	150	0,00	0,15	15,15	69,00	3,00
Итого			150	0,00	0,15	15,15	69,00	3,00
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (лук репчатый, картофель (поздний), свекла (свежая), морковь свежая, огурцы соленые, капуста квашеная, масло подсолнечное)	60	0,82	5,89	3,85	71,73	8,75
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (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)	150/17/3	3,81	3,54	4,83	78,24	5,48
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (окорок куриный, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)	75	6,72	12,31	8,27	188,60	0,46
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии) (мясо говядина б/к (лопатка), морковь свежая, лук репчатый)	50	12,63	8,48	0,00	128,27	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ (макаронны в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	105	2,80	2,25	22,12	119,31	0,00
2008	442	СОК (соки фруктовые)	201	0,00	0,20	20,28	92,35	4,02
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	18	1,22	0,16	10,34	35,08	0,00
УСП	ТК№0 03	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	26	1,41	0,76	15,69	60,15	0,00
Итого			655	16,78	25,11	85,38	645,46	18,71
Уплотненный полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь свежая, картофель (поздний), горошек зеленый (консерв), капуста свежая, сахар-песок, кабачки, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль)	135	1,27	0,98	12,30	64,83	6,49
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-И ВАРИАНТ) (аллергии) (картофель (поздний), кабачки, капуста свежая, капуста цветная, горошек зеленый (консерв), лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное, мука, морковь (молодая), томат-паста, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	115	1,03	2,90	11,04	65,14	7,62
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жир)	222	5,94	1,98	8,32	79,23	0,99
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,00
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	24	1,58	0,21	13,35	45,31	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука, сахар-песок, яйцо, дрожжи, вода питьевая, соль, творог 9% жир, ванилин, масло подсолнечное)	55	4,33	2,10	21,06	129,67	0,03
Итого			436	13,12	5,27	55,03	319,04	7,51
Всего				40,45	54,41	191,29	1 423,33	34,71

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

Утверждаю

0561046-ГБОУ начальная школа-детский сад № 682 Хронотадтского района
Новицкая Л.И./

Директор

МЕНЮ

15 декабря 2023 г.

Дети сад

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное несоленое 82,5%жир, батон нарезной из муки в/с)	35	1,70	3,33	18,79	89,51	0,00
2008	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО (горошек зеленый (консерв), масло подсолнечное, петрушка свежая)	50	0,60	2,00	11,11	35,49	2,23
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо, молоко 2,5% жир, соль, масло подсолнечное, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	140	6,68	16,19	2,41	195,99	0,21
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики) (крупа гречневая, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	150	8,49	6,89	38,55	250,08	0,00
УСП	ТК№0 43	КАКАО С МОЛОКОМ (какао порошок, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	185	1,55	2,41	12,99	93,24	0,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			410	10,53	23,93	45,30	414,23	2,92
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	180	0,00	0,18	18,18	82,80	3,60
Итого			180	0,00	0,18	18,18	82,80	3,60
Обед								
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ (лук репчатый, картофель (поздний), свекла (свежая), морковь свежая, огурцы соленые, капуста квашеная, масло подсолнечное, сельдь соленая неразделанная)	115	7,15	5,28	0,00	101,22	0,55
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (сметана 15% жир, капуста квашеная, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка), чеснок свежий, соль)	200/5	3,36	4,50	6,38	90,47	7,28
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ (аллергики) (сметана 15% жир, капуста квашеная, картофель (поздний), морковь свежая, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное несоленое 82,5% жир, вода питьевая)	200/5	2,24	3,36	5,60	61,60	10,40
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (окорок куриный, масло подсолнечное, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, сахар-песок)	80	8,38	14,18	0,00	179,70	0,58
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), морковь свежая, лук репчатый)	50	12,66	8,51	0,00	128,62	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронь в/с, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	125	3,54	1,86	28,00	143,95	0,00
2008	181	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики) (рис, вода питьевая, соль, масло сливочное несоленое 82,5%жир)	150	4,08	5,77	43,56	242,69	0,00
УСП	ТК№0 22	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (напитки витаминизированные сухие, вода питьевая)	180	0,00	0,00	1,17	4,90	0,40
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики) (соки фруктовые)	180	0,90	0,23	16,69	73,13	1,35
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	23	1,54	0,20	13,00	44,10	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	37	1,97	1,06	21,91	83,98	0,00
Итого			765	25,94	27,08	70,46	648,32	8,81
Уплотненный полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь свежая, картофель (поздний), горошек зеленый (консерв), капуста свежая, кабачки, сахар-песок, мука, вода питьевая, сметана 15% жир, соль, капуста цветная)	175	2,15	1,51	18,83	98,96	8,42
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ (аллергики) (картофель (поздний), капуста свежая, горошек зеленый (консерв), кабачки, сахар-песок)	125	1,61	0,28	14,36	60,05	9,44
2008	435	РЯЖЕНКА (ряженка 2,5% жир)	223	5,95	1,98	8,33	79,32	0,99
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	23	1,54	0,20	13,00	44,10	0,00
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5%жир, яйцо, соль, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное, творог 9% жир)	65	6,54	4,60	33,12	213,35	0,06
Итого			486	16,18	8,29	73,28	435,73	9,47
Всего				52,65	59,48	207,22	1 581,08	24,80

Диетсестра

Ивушкина Е.А.