

Утверждаю

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

Директор

/Новицкая Л.И./

МЕНЮ

1 февраля 2024 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (яйцо)	40	3,12	2,35	0,27	50,76	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	2,20	5.45	18,22	138,51	0,34
УСП	ТК№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2.5% жир, вода питьевая)	180	1,53	2,15	12,23	85,66	0,46
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	30	1,62	0,87	18,00	69,00	0,00
Итого			380	8,47	10,82	48,72	343,93	0,80
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ 3,1% (йогурт фруктовый 2,5% жир)	150	3,75	3,75	6,77	84,77	1,05
Итого			150	3,75	3,75	6,77	84,77	1,05
Обед								
УСП	ТК№1 03	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	28	0,00	0,03	0,70	3,92	2,80
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	2,63	4,56	10,01	96,37	5,97
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель (поздний), молоко 2.5% жир, масло сливочное несоленое 82.5% жир, соль)	110	1,99	3,07	9,82	83,04	7,53
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)	75	0,20	2,57	5,09	45,14	1,06
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (клюква, вода питьевая, сахар-песок)	150	0,00	0,00	16,13	64,51	0,00
УСП	ТК№0 03	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,32	0,18	11,20	38,00	0,00
УСП	ТК№0 04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	27	1,44	0,77	16,00	61,33	0,00
Итого			620	7,58	11,18	68,95	392,31	17,36
Уплотненный полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста свежая, мясо говядина б/к (лопатка), рис, лук репчатый, масло подсолнечное, соль)	150	9,85	10,60	12,79	181,20	18,32
УСП	ТК№0 49	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	190	0,00	0,01	6,84	30,19	2,13
		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 9% жир, дрожжи, соль, ванилин, масло подсолнечное)	70	6,67	7,03	28,54	213,82	0,07
Итого			430	17,84	17,71	59,37	463,21	20,52
Всего				37,64	43,66	183,81	1 284,22	39,73

Диетсестра

Ивушкина Е.А.

даю

ий сад № 662 Кронштадтско

/Нови

Директор
адского района
/Новицкая Л.И./

MEHIO

1 февраля 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (аллергики) (сыр полутвердый)	30	3,99	7,83	0,00	103,43	0,21
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	3,04	6,71	24,23	181,69	0,46
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (рис, вода питьевая, соль, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир)	155	2,22	2,32	25,78	129,16	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	40	2,16	1,16	24,00	92,00	0,00
УСП	ТК №028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2,5% жир)	180	3,09	4,53	10,47	142,22	0,97
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) (чай черный, вода питьевая, сахар-песок)	180/6	0,00	0,00	3,40	34,00	0,00
Итого			440	11,41	16,88	64,97	477,13	1,43
II Завтрак								
УСП	15	ЙОГУРТ 2,5% (йогурт фруктовый 2,5% жир)	180	4,50	4,50	8,12	101,72	1,26
Итого			180	4,50	4,50	8,12	101,72	1,26
Обед								
УСП	ТК №103	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	28	0,00	0,03	0,71	3,97	2,84
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНКОЙ (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, чеснок свежий)	200/15/10	3,42	4,79	9,03	104,08	5,78
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики) (картофель (поздний), капуста свежая, морковь свежая, лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное, вода питьевая, соль, сметана 15% жир, петрушка свежая)	200/5/1	5,50	8,20	7,40	115,00	8,70
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	5,83	2,97	3,07	70,46	1,13
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель (поздний), молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5% жир, соль)	150	2,81	3,84	21,99	132,21	10,71
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (клюква замороженная, вода питьевая, сахар-песок)	200	0,00	0,00	2,33	33,31	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,02	47,58	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,89	1,02	24,02	80,59	0,00
Итого			733	15,61	12,87	78,17	472,20	20,46
Уплотненный полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста свежая, мясо б/к (лопатка), рис, лук репчатый, масло подсолнечное, соль)	150	12,95	13,02	11,02	186,84	18,16
УСП	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимоны (свежие), вода питьевая, сахар-песок)	200	0,00	0,02	9,70	30,28	2,45
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	1,99	0,26	16,83	57,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука, сахар-песок, масло сливочное несоленое 82,5% жир, яйцо, молоко 2,5% жир, творог 9% жир, дрожжи, соль, ванилин, масло подсолнечное)	70	5,73	3,15	34,15	189,23	0,10
Итого			450	20,67	16,45	60,70	473,40	20,71
Всего				52,19	50,70	210,79	1 524,45	43,86

[Signature]

Ивушкина Е. А.