

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 апреля 2024 г.

Дети ясли

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, 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	1,85	5,63	13,99	119,41	0,34
УСП	ТК№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар-песок, молоко 2,5% жир, вода питьевая)	180	1,44	2,15	9,90	75,62	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	8,03	13,14	42,16	325,32	0,80
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ 3,1% (йогурт фруктовый 2,5% жир)	135	3,37	3,37	6,07	76,10	0,94
Итого			135	3,37	3,37	6,07	76,10	0,94
Обед								
УСП	ТК№1 03	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	32	0,00	0,03	0,81	4,53	3,23
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	2,36	4,35	8,51	86,12	5,42
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель (поздний), молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5%жир, соль)	105	1,89	3,94	14,69	98,44	7,12
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	5,18	2,82	3,08	65,79	1,14
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (клюква замороженная, вода питьевая, сахар-песок)	150	0,00	0,00	14,19	56,75	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)	25	1,37	0,73	15,20	58,26	0,00
Итого			612	12,12	12,05	67,68	407,89	16,91
Уплотненный полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста свежая, мясо говядина б/к (лопатка), рис, лук репчатый, масло подсолнечное, соль)	140	8,77	11,03	10,28	192,36	17,59
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	146	0,80	0,20	14,80	65,00	1,20
		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)	50	5,21	3,81	30,08	183,79	0,07
Итого			356	16,10	15,22	66,36	479,15	18,86
Всего				39,62	43,78	182,27	1 288,46	37,51

Диетсестра



Ивушкина Е.А.

Утверждаю

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

ВРИО Директор

Фурсова Т.Н./

МЕНЮ

1 апреля 2024 г.

Дети сад

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, 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	2,73	7,47	21,06	171,36	0,46
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)	175	2,96	4,54	14,92	134,98	0,97
Итого			435	10,97	17,65	60,25	459,56	1,43
II Завтрак								
УСП	15	ЙОГУРТ 2,5% (йогурт фруктовый 2,5% жир)	161	4,03	4,03	7,28	91,20	1,13
Итого			161	4,03	4,03	7,28	91,20	1,13
Обед								
УСП	ТК №103	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы свежие)	32	0,00	0,03	0,80	4,48	3,20
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	3,11	5,13	8,45	100,87	5,37
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	5,68	3,01	3,14	70,28	1,16
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель (поздний), молоко 2,5% жир, масло сливочное несоленое 82,5%жир, соль)	140	2,58	4,96	20,04	131,37	9,72
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (клюква замороженная, вода питьевая, сахар-песок)	200	0,00	0,00	8,34	33,34	0,00
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	25	1,66	0,22	14,00	47,50	0,00
УСП	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной из муки в/с)	35	1,89	1,02	21,00	80,50	0,00
Итого			727	14,92	14,37	75,77	468,34	19,45
Уплотненный полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста свежая, мясо говядина б/к (лопатка), рис, лук репчатый, масло подсолнечное, соль)	140	8,72	11,24	9,89	192,55	17,54
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (соки фруктовые)	175	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
УСП	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	30	1,99	0,26	16,80	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	5,88	3,32	35,52	206,51	0,10
Итого			415	17,55	15,06	80,01	534,06	19,08
Всего				47,47	51,11	223,31	1 553,16	41,09

Диетсестра



Ивушкина Е.А.