

Утверждаю

заведующая СП
ГБОУ СОШ №10, СЛ д/с "Золотая рыбка"
/Кузнецова Л.Г./

МЕНЮ
1 августа 2022 г.

САД

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С МАСЛОМ	110	4,3	4,5	27,4	167	0
		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		7	28	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,8	65	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			360	11,2	13,8	47,5	358	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,4		1,2	7	4,7
2008	83	ЩИ НА КУР. БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	3,6	4,4	13,3	110	12,3
2008	311	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	200	15	25,9	34,1	431	1,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008	480	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	17,7	84	0
2008	481	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,5	0,3	15,7	76	0
Итого			684	24,2	30,8	89,7	739	18,8
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	150	4,6	5,9	17,6	143	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		7	28	0
2008	471	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	4,7	18	32,7	311	0,1
Итого			400	9,4	23,9	57,3	482	0,7
Всего				45,3	68,6	204,4	1622	21,5

бухгалтер Мамуткина Г.Н.

медсестра Федосеева Г.А.

повар Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.

Утверждаю

заведующая ()
ГБОУ СОШ №10 СП д/с "Золотая рыба"
/Кузнецова Л.

МЕНЮ
1 августа 2022 г.

ЯСЛИ


Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вит ми С, г
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С МАСЛОМ	110	2,7	3,5	17,1	111	
		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		7	28	
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	
Итого			360	9,6	12,8	37,3	303	
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	36	0,3		0,9	5	
2008	83	ЩИ НА КУР. БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	3,4	4,7	11,7	105	1
2008	311	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	180	15	21,7	34	392	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			4,9	19	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	
Итого			651	23,6	26,9	83,4	672	
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	150	4,6	5,9	17,6	143	
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		5,1	21	
2008	471	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	4,2	17,9	29,4	295	
Итого			400	8,9	23,8	52,1	459	
Всего				42,6	63,6	182,7	1477	1

бухгалтер Мамуткина Г.Н. Мамуткина Г.Н.

медсестра Федосеева Г.А. Федосеева Г.А.

повар Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю. Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.

Утверждаю

заведующая СП
ГБОУ СОШ №10 СП д/с "Золотая рыбка"
 /Кузнецова Л.Г./

МЕНЮ

1 августа 2022 г.

НОМ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С МАСЛОМ	110	4,3	4,5	27,4	167	0
		ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		5,1	21	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			360	11,2	13,8	45,7	352	0
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	44	0,4		1,1	6	4,5
2008	83	ЩИ НА КУР. БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	3,6	4,7	13,3	113	12,5
2008	311	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	200	15	24	35,5	420	1,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39	0
2008	480	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80	0
2008	481	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			679	23,9	29,2	91,5	729	18,9
Полдник								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ТУШ. ОВОЩАМИ	140/10	3,8	8,3	17,1	157	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		5,1	21	0
2008	471	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	7,5	18,2	34,9	332	0,1
Итого			400	11,4	26,5	57,1	510	0,4
Всего				47	69,6	204,2	1634	21,3

бухгалтер  Мамуткина Г.Н.

медсестра  Федосеева Г.А

повар  Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.