


Утверждаю

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

МЕНЮ
2 августа 2022 г.

САД

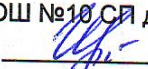
Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,5	7,6	18,2	159	0,6
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	14,7	111	0,7
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,1	2,7		33	0,1
Итого			364	12,4	15,1	45,8	369	1,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	83	0,3	0,3	8,2	39	8,4
Итого			83	0,3	0,3	8,2	39	8,4
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ	60	0,6	3,1	2	39	4,8
2008	100	СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	5,5	4	16,6	125	5,3
2008	260	АЗУ С МЯСОМ	200	15,3	19,8	33,3	375	16,7
2008	402	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	15,1	74	68,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			690	26,8	27,6	98,9	764	95
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ	110	10,3	12,2	5	172	0,5
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	1,1	0,1	2,2	14	1,4
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		6,9	28	0
Итого			330	11,5	12,3	14,1	214	1,9
Всего				51	55,3	167	1386	106,7

бухгалтер  Мамуткина Г.Н.

медсестра  Федосеева Г.А.

повар  Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.

Утверждаю

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

МЕНЮ
2 августа 2022 г.

ЯСЛИ

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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,5	7,6	18,1	159	0,6
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	14,8	112	0,7
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,1	2,7		33	0,1
Итого			364	12,4	15,1	45,8	370	1,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	83	0,3	0,3	8,2	39	8,4
Итого			83	0,3	0,3	8,2	39	8,4
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ	40	0,4	3	1,4	35	3,6
2008	100	СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	5	3,8	15,1	115	4,6
2008	260	АЗУ С МЯСОМ	180	13,9	14,5	31,3	314	15,8
2008	402	НАПИТОК ИЗШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	12,2	62	68,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			650	24,7	22	91,9	677	92,2
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ	110	10,3	12,2	5	172	0,5
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	1,1	0,1	2,2	14	1,4
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		5,1	21	0
Итого			330	11,5	12,3	12,3	207	1,9
Всего				48,9	49,7	158,2	1293	103,9

бухгалтер  Мамуткина Г.Н.

медсестра  Федосеева Г.А.

повар  Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.

Утверждаю

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

МЕНЮ
2 августа 2022 г.

НОМ

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	189	КАША "ГЕРКУЛЕС" Б/М С МАСЛОМ	150	2,4	5,2	16,9	124	0
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		5,1	21	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,1	2,7		33	0,1
Итого			364	6,5	8,6	34,9	244	0,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	83	0,3	0,3	8,2	39	8,4
Итого			83	0,3	0,3	8,2	39	8,4
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ	60	0,6	5	2	56	4,8
2008	100	СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	5	4	15,7	118	5,3
2008	260	АЗУ С МЯСОМ	200	15,4	19	33,5	367	16,8
2008	402	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	17	81	68,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			690	26,4	28,7	100,1	773	95,1
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ	110	10,3	12,2	5	172	0,5
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	1,1	0,1	2,2	14	1,4
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		5,1	21	0
Итого			330	11,5	12,3	12,3	207	1,9
Всего				44,7	49,9	155,5	1263	105,5

бухгалтер Мамуткина Г.Н.

медсестра Федосеева Г.А.

повар Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.