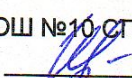


Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
15 августа 2022 г.

**САД**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
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	13	66	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>11,2</b>	<b>13,8</b>	<b>47,7</b>	<b>359</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	45	0,4		1,2	7	4,7
2008	83	ЩИ С ТУШЁНКОЙ	180/5	5,9	6,6	10,7	126	10,9
2008	311	ПЛОВ ОВОЩНОЙ	200	3,5	14,4	34,1	281	1,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
2008	480	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,9	0,2	19,1	90	0
2008	481	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,1	0,3	13,8	66	0
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>14,8</b>	<b>21,5</b>	<b>86,6</b>	<b>601</b>	<b>16,9</b>
<b>Полдник</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	150	4,7	6,1	17,7	146	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		7	28	0
2008	471	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	4,8	18,2	32,9	313	0,1
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>9,6</b>	<b>24,3</b>	<b>57,6</b>	<b>487</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>36,1</b>	<b>59,7</b>	<b>201,8</b>	<b>1490</b>	<b>19,6</b>

бухгалтер  Мамуткина Г.Н.

медсестра  Федосеева Г.А.

повар  Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.

Утверждаю

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

## МЕНЮ

15 августа 2022 г.

### ЯСЛИ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
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	
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>9,6</b>	<b>12,8</b>	<b>37,3</b>	<b>303</b>	
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	36	0,3		0,9	5	3,7
2008	83	ЩИ С ТУШЁНКОЙ	180/5	6	6,8	10,8	128	11
2008	311	ПЛОВ ОВОЩНОЙ	180	3,6	14,4	34,1	281	1,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			4,9	19	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
<b>Итого</b>			<b>651</b>	<b>15,2</b>	<b>21,7</b>	<b>85</b>	<b>596</b>	<b>16</b>
<b>Полдник</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕНИЧНЫЙ	150	4,7	6,1	17,7	145	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		5,1	21	0
2008	471	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	4,4	18,2	29,4	298	0,1
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>9,2</b>	<b>24,3</b>	<b>52,2</b>	<b>464</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>34,5</b>	<b>58,9</b>	<b>184,4</b>	<b>1406</b>	<b>18,7</b>

бухгалтер Мамуткина Г.Н.

медсестра Федосеева Г.А.

повар Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
15 августа 2022 г.

**ЗМ**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С МАСЛОМ(свои)	130		4		36	
		ЖЕЛТОК ЯИЧНЫЙ	20	4,9	4,5	0,3	61	
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		9,9	40	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	
		ХЛЕБЦЫ(свои)	10					
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>5</b>	<b>12,6</b>	<b>10,2</b>	<b>174</b>	
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	45	0,4		1,2	7	4,
2008	83	СУП ОВОЩНОЙ	180/5	1,8	2,6	10,3	72	10,
2008	311	ПЛОВ ОВОЩНОЙ	200	3,3	17,3	31,9	297	1,
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39	
		ХЛЕБЦЫ(свои)	10					
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>5,5</b>	<b>19,9</b>	<b>53,1</b>	<b>415</b>	<b>16,</b>
<b>Полдник</b>								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ТУШ. ОВОЩАМИ	180/10	3,8	13,1	17,7	204	0,
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		9,9	40	
2008		ПЕЧЕНЬЕ (свое)	30					
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>3,9</b>	<b>13,1</b>	<b>27,6</b>	<b>244</b>	<b>0,</b>
<b>Всего</b>				<b>14,9</b>	<b>45,7</b>	<b>100,8</b>	<b>876</b>	<b>18,</b>

бухгалтер Мамаева Мамуткина Г.Н.

медсестра Федосеева Федосеева Г.А

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

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
15 августа 2022 г.

**НОМ**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>11,2</b>	<b>13,8</b>	<b>45,7</b>	<b>352</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	44	0,4		1,1	6	4,5
2008	83	ЩИ С ТУШЁНКОЙ	180/5	6	6,8	10,6	127	11,1
2008	311	ПЛОВ ОВОЩНОЙ	200	3,6	12,5	35,5	270	1,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39	0
2008	480	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	3	0,2	19,5	92	0
2008	481	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
<b>Итого</b>			<b>679</b>	<b>15,3</b>	<b>19,8</b>	<b>91,2</b>	<b>605</b>	<b>17</b>
<b>Полдник</b>								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ТУШ. ОВОЩАМИ	140/10	3,7	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
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>11,3</b>	<b>26,5</b>	<b>57,1</b>	<b>510</b>	<b>0,4</b>
<b>Всего</b>				<b>38,3</b>	<b>60,2</b>	<b>203,9</b>	<b>1510</b>	<b>19,4</b>

бухгалтер *Мамукина* Мамуткина Г.Н.

медсестра *Федосеева* Федосеева Г.А

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