

Утверждаю

заведующая СП
ГБОУ СОШ №18 СП д/с "Золотая рыбка"
/Кузнецова Л.Г./

МЕНЮ
16 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,5	7,5	18	158	0,6
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	14,6	111	0,7
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3,1		38	0,1
Итого			365	12,7	15,4	45,5	373	1,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,3	0,3	7,8	37	7,9
Итого			80	0,3	0,3	7,8	37	7,9
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ	60	0,9	3	2,9	43	6,8
2008	100	СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ	180	5,3	4	14,3	114	4,1
2008	260	АЗУ С МЯСОМ	200	16,4	21,4	25,8	362	13
2008	402	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	15	73	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	28	29,1	89,9	743	92,1
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		7	29	0
Итого			330	11,5	12,3	14,2	215	1,9
Всего				52,5	57,1	157,4	1368	103,3

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
16 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	4,6	7,5	18,1	159	0,6
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	14,9	112	0,7
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,8	0,7	12,6	64	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,4	3,1		38	0,1
Итого			365	12,7	15,4	45,6	373	1,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,3	0,3	7,8	37	7,9
Итого			80	0,3	0,3	7,8	37	7,9
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ	40	0,6	2,7	2	36	4,8
2008	100	СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ	180	5	3,9	13,1	106	3,6
2008	260	АЗУ С МЯСОМ	180	14,5	15,2	24,6	295	12,3
2008	402	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	12,5	64	68,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	18,1	86	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,4	0,3	15,4	74	0
Итого			650	25,7	22,5	85,7	661	88,9
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ	110	10,5	12,5	5	175	0,5
2012		КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	1,1	0,1	2,2	14	1,4
к/к	к/к	ЧАЙ	190	0,1		5,4	22	0
Итого			340	11,7	12,6	12,6	211	1,9
Всего				50,4	50,8	151,7	1282	100,1

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
16 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	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)	10	2,4	3,1		38	0,1
Итого			365	6,8	9	34,9	249	0,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	80	0,3	0,3	7,8	37	7,9
Итого			80	0,3	0,3	7,8	37	7,9
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ	60	0,9	5	2,9	61	6,8
2008	100	СУП ГОРОХОВЫЙ НА М/К БУЛЬОНЕ	180	4,7	4	13,2	107	4
2008	260	АЗУ С МЯСОМ	200	16,4	20,6	25,8	354	13
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	27,4	30,3	90,8	754	92
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	130	0,1		5,1	21	0
Итого			280	11,5	12,3	12,3	207	1,9
Всего				46	51,9	145,8	1247	101,9

бухгалтер Мамуткина Г.Н.

медсестра Федосеева Г.А.

повар Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.