

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 августа 2022 г.

САД

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 94 | СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ | 150 | 4,6 | 6,1 | 14,6 | 133 | 0,6 |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 3,9 | 4,1 | 14,5 | 111 | 0,7 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,9 | 0,7 | 12,9 | 66 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 9 | 2,5 | 3,2 | | 40 | 0,1 |
| Итого | | | 364 | 12,9 | 14,1 | 42 | 350 | 1,4 |
| 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 | 45 | 0,4 | 0,1 | 1,4 | 8 | 5,6 |
| 2008 | 90 | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/5 | 3,3 | 4,7 | 12,9 | 109 | 5,1 |
| 2008 | 192 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ | 70 | 16,9 | 16,9 | 4,3 | 236 | 0,7 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 4,3 | 4,5 | 27,4 | 167 | 0 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 180 | | | 21,1 | 85 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | 2,6 | 0,2 | 17,1 | 80 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 35 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | 0 |
| Итого | | | 680 | 29,5 | 26,7 | 96,9 | 746 | 11,4 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 190 | КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ | 150 | 5 | 8,3 | 19,3 | 173 | 1,2 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/5 | 0,1 | | 7,1 | 30 | 0,5 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 2,6 | 3,4 | 26 | 146 | 0 |
| Итого | | | 365 | 7,7 | 11,7 | 52,4 | 349 | 1,7 |
| Всего | | | | 50,6 | 52,6 | 201,2 | 1488 | 16,5 |

бухгалтер Макуф 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"

/Кузнецова Л.Г./

МЕНЮ
18 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 94 | СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ | 150 | 4,6 | 6,1 | 14,9 | 134 | 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 | 2,5 | 3,2 | | 40 | 0,1 |
| Итого | | | 364 | 12,9 | 14,1 | 42,6 | 352 | 1,4 |
| 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 | 35 | 0,4 | | 1,1 | 6 | 4,5 |
| 2008 | 90 | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/5 | 3,2 | 3,9 | 11,5 | 95 | 4,3 |
| 2008 | 192 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ | 60 | 17,2 | 17,3 | 4,2 | 241 | 0,7 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 120 | 3,2 | 2 | 20,6 | 113 | 0 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 180 | | | 18,3 | 73 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | 2,6 | 0,2 | 17,1 | 80 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 35 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | 0 |
| Итого | | | 650 | 28,6 | 23,7 | 85,5 | 669 | 9,5 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 190 | КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ | 150 | 5 | 8,3 | 19,4 | 173 | 1,2 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/5 | 0,1 | | 5,2 | 22 | 0,5 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,7 | 2,2 | 16,7 | 94 | 0 |
| Итого | | | 355 | 6,8 | 10,5 | 41,3 | 289 | 1,7 |
| Всего | | | | 48,8 | 48,4 | 179,3 | 1353 | 14,6 |

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
18 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 | 324 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ Б/М С МАСЛОМ | 150 | 4,3 | 5,1 | 19,2 | 140 | 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 | 2,5 | 3,2 | | 40 | 0,1 |
| Итого | | | 364 | 8,8 | 9 | 37,2 | 267 | 0,1 |
| 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 | 54 | 0,4 | 0,1 | 1,4 | 8 | 5,4 |
| 2008 | 90 | РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/5 | 3,4 | 4,7 | 12,8 | 108 | 5 |
| 2008 | 192 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ | 90 | 18,4 | 20,1 | 7,1 | 283 | 0,7 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 4,3 | 4,5 | 27,4 | 167 | 0 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 180 | | | 20,3 | 81 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | 2,6 | 0,2 | 17,1 | 80 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | 0 |
| Итого | | | 704 | 31,1 | 29,9 | 98,8 | 788 | 11,1 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 190 | КАША КУКУРУЗНАЯ Б/М С МАСЛОМ | 160 | 2 | 5 | 16,5 | 119 | 0,6 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150/5 | 0,1 | | 5,2 | 22 | 0,5 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 35 | 2,6 | 3,4 | 26 | 146 | 0 |
| Итого | | | 350 | 4,7 | 8,4 | 47,7 | 287 | 1,1 |
| Всего | | | | 45,1 | 47,4 | 193,6 | 1385 | 14,3 |

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.