

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 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	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	150	4,7	7,7	21	173	0,6
к/к	к/к	КАКАО	180	4,1	4,4	13,9	111	0,7
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			360	10,7	16,9	47,8	387	1,3
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								
2012		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	2	13	5,6
2012	56	СВЕКОЛЬНИК НА КУР. БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	3	4,7	11,4	102	5,6
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	18,4	26,6	17,7	386	19,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	
2008	480	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80	
2008	481	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2	0,3	12,7	61	
Итого			685	26,6	31,9	68,7	673	30,
Полдник								
2012	93	СУП - ЛАПША МОЛОЧНЫЙ	150	4,6	5,9	18,1	145	0,
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,1		7	29	0,
2008	471	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	70	5,4	17,2	40,9	340	0,
Итого			405	10,1	23,1	66	514	1,
Всего				47,9	72	192,4	1617	35

бухгалтер Мамуткина Г.Н.

медсестра Федосеева Г.А.

повар Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.

Утверждаю

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

МЕНЮ 19 августа 2022 г.

ЯСЛИ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	150	4,7	7,7	21,3	174	0,
к/к	к/к	КАКАО	180	3,9	4,2	13,5	108	0,
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,7	11,9	61	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	
Итого			360	10,3	16,7	46,7	380	1,
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	
Обед								
2012		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,5	0,1	1,6	11	4,
2012	56	СВЕКОЛЬНИК НА КУР. БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	2,9	4,7	10,4	98	5,
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	180	16,8	19,5	15,9	307	18,
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,2	21	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,4	0,2	16,1	76	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2	0,3	13	63	
Итого			655	24,6	24,8	62,2	576	28,
Полдник								
2012	93	СУП - ЛАПША МОЛОЧНЫЙ	150	4,1	5,8	14,8	129	0,
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,1		5,4	23	0,
2008	471	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	70	5	19,1	37,8	342	0,
Итого			405	9,2	24,9	58	494	1,
Всего				44,6	66,5	176,8	1493	3,

бухгалтер Мамукина 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
19 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	190	КАША "ДРУЖБА" Б/М С МАСЛОМ	150	1,8	4,4	18,8	122	0
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		5,1	21	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			360	3,8	9,2	36,8	246	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								
2012		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	2	13	5,4
2012	56	СВЕКОЛЬНИК НА КУР. БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	3	4,7	11	100	5,4
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	18,4	24,7	17,8	368	19,4
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	0,3	12,7	61	0
Итого			685	26,6	30	70,3	661	30,2
Полдник								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С МАСЛОМ	150	5,3	4,7	34,2	200	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,1		5,1	21	0,5
2008	471	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	70	8,1	17,3	43,1	360	0,1
Итого			405	13,5	22	82,4	581	0,6
Всего				44,4	61,3	199,4	1531	32,8

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.