

Утверждаю

заведующая:  
ГБОУ СОШ №10 СП д/с "Золотая ры  
/Кузнецова

**МЕНЮ**  
21 июля 2022 г.

**САД**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, м
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	150	4,7	6,2	14,7	134	0,6
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,3	2,5	20,3	113	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,8	0,7	12,1	62	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,9	2,4		30	0,1
<b>Итого</b>			<b>362</b>	<b>10,7</b>	<b>11,8</b>	<b>47,1</b>	<b>339</b>	<b>0,8</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	4,9
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	3,3	4,5	12,9	106	4,9
2008	192	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70	12,5	13,1	4,1	184	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	38	2,8	0,2	18,4	87	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,2	0,3	14,1	68	0
<b>Итого</b>			<b>681</b>	<b>25,5</b>	<b>22,6</b>	<b>99,2</b>	<b>704</b>	<b>10,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	190	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,1	7,9	13,6	143	0,9
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,1		6,9	29	0,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104	0
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>6,1</b>	<b>10,4</b>	<b>39,1</b>	<b>276</b>	<b>1,5</b>
<b>Всего</b>				<b>42,8</b>	<b>44,9</b>	<b>195,3</b>	<b>1362</b>	<b>14,8</b>

бухгалтер Макуткина Г.Н.

медсестра Федосеева Г.А.

повар Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.



Утверждаю

заведующая  
ГБОУ СОШ №10 СП д/с "Золотая роща"  
Кузнецова

**МЕНЮ**  
21 июля 2022 г.

**ЯСЛИ**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	150	4,7	6,2	14,7	134
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,3	2,5	20,3	113
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,8	0,7	12,5	64
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,9	2,4		30
<b>Итого</b>			<b>362</b>	<b>10,7</b>	<b>11,8</b>	<b>47,5</b>	<b>341</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	35	0,3		1	5
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	2,7	3,2	11,5	88
2008	192	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	60	13	13,6	4,2	192
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	3,2	2	20,6	113
2008	411	КИСЕЛЬ	180			18,3	74
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	0,2	18,6	88
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,2	0,3	14,2	68
<b>Итого</b>			<b>651</b>	<b>24,2</b>	<b>19,3</b>	<b>88,4</b>	<b>628</b>
<b>Полдник</b>							
2008	190	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,1	7,9	13,6	143
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,1		5,2	22
2008		ПЕЧЕНЬЕ	18	1,3	1,7	13	73
<b>Итого</b>			<b>353</b>	<b>5,5</b>	<b>9,6</b>	<b>31,8</b>	<b>238</b>
<b>Всего</b>				<b>40,9</b>	<b>40,8</b>	<b>177,6</b>	<b>1250</b>

бухгалтер Мамуткина Г.Н.

медсестра Федосеева Г.А.

повар Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.