

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 июля 2022 г.

САД

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Всего
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	150	4,8	7,8	21,2	175	
к/к	к/к	КАКАО	180	2,4	2,7	19,2	111	
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	
Итого			360	9,1	15,3	53,3	389	
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	50	0,6	0,1	2	13	
2012	56	СВЕКОЛЬНИК НА КУР. БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	2,9	4,7	10,8	99	
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	200	15,9	24	17,8	352	
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	2,3	0,3	14,8	71	
Итого			685	24,3	29,3	70,3	646	
Полдник								
2012	93	СУП - ЛАПША МОЛОЧНЫЙ	150	4,7	6	18,2	147	
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,1		6,9	29	
2008	471	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	70	5,3	17	37,7	326	
Итого			405	10,1	23	62,8	502	
Всего				44	67,7	196,3	1580	

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.

МЕНЮ
22 июля 2022 г.

ЯСЛИ

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вит ми С, м
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	150	4,8	7,8	21	174	
к/к	к/к	КАКАО	180	2,3	2,6	19,1	109	
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	13	66	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	
Итого			360	9	15,2	53,1	386	
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	10	
2012	56	СВЕКОЛЬНИК НА КУР. БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	2,8	4,5	9,7	93	
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	180	14,5	17,2	16	278	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5	20	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,2	81	
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,9	72	
Итого			655	22,7	22,3	64,4	554	
Полдник								
2012	93	СУП - ЛАПША МОЛОЧНЫЙ	150	4,2	5,9	14,7	130	
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,1		5,2	22	
2008	471	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	70	4,7	18,9	34,3	326	
Итого			405	9	24,8	54,2	478	
Всего				41,2	62,4	181,6	1461	31

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.