

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 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	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	120	4,9	5,3	21,9	155	0
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	30	0,6	2,7	2,3	36	2,1
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		7	28	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2	0,8	13,4	68	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			360	7,6	12,9	44,6	324	2,1
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	45	0,4		1,2	7	5
2008	100	СУП - ЛАПША С ТУШЕНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180	6,5	7,1	15,4	150	4,1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	200	3,5	6,7	10,3	118	32,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,7	31	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,5	0,2	16,8	79	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,2	0,3	14,2	68	0
Итого			675	15,1	14,3	65,6	453	41,8
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	3,8	5,8	16,4	134	0,6
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5	4,3	7,3	93	1,4
2008	453	ПЛЮШКА С САХАРОМ	60	4,7	14,1	33,8	280	0,1
Итого			390	13,5	24,2	57,5	507	2,1
Всего				36,7	51,5	177,6	1327	48

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
22 августа 2022 г.

ЯСЛИ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	120	4,9	4,5	21,9	147	0
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	30	0,6	2,7	2,3	36	2,1
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		7	29	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	13,3	68	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			360	7,5	12,1	44,5	317	2,1
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	35	0,3		1	6	3,9
2008	100	СУП - ЛАПША С ТУШЁНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180	4,9	5,2	10,9	110	3,6
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	180	3,5	3	10,4	84	32,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5,1	21	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,5	0,2	16,9	80	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,2	0,3	14,2	68	0
Итого			645	13,4	8,7	58,5	369	40,3
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	3,8	5,8	16	133	0,6
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5	4,3	7,3	93	1,4
2008	453	ПЛЮШКА С САХАРОМ	60	4,2	14	30,1	263	0,1
Итого			390	13	24,1	53,4	489	2,1
Всего				34,4	45	166,3	1218	46,5

бухгалтер Мамаф 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
22 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	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	120	4,9	5,3	21,9	155	0
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	30	0,6	2,7	2,3	36	2,1
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		5,1	21	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	66	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			360	7,5	12,8	42,2	315	2,1
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	45	0,4		1,2	7	4,9
2008	100	СУП - ЛАПША С ТУШЁНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180	6,3	6,9	15,2	147	4
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	200	3,5	6,7	10,5	118	32,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			675	15,1	14,1	68,5	462	41,7
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ Б/М С МАСЛОМ	150	2,7	4,4	33,3	184	0
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5	4,3	7,3	93	1,4
2008	453	ПЛЮШКА С САХАРОМ	60	7,5	18,2	34,9	332	0,1
Итого			390	15,2	26,9	75,5	609	1,5
Всего				38,3	53,9	196,1	1429	47,3

бухгалтер Мауф Мамуткина Г.Н.

медсестра Федосеева Федосеева Г.А

повар Гусева Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.