

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 июля 2022 г.

САД

Сборник рецептов	№ 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	5,3	21,9	155	0
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	31	0,6	2,8	2,4	37	2,2
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		7	28	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			361	7,5	12,9	44,2	323	2,2
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	4,7
2008	100	СУП - ЛАПША НА КУР, БУЛЬОНЕ	180	3,5	4	15,3	111	4,1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	15,9	19,5	9,6	279	30,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			680	25	24,1	68	590	39,2
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	4	6	16,5	137	0,6
2008	435	РЯЖЕНКА	178	5,2	4,5	7,5	96	1,4
2008	453	ПЛЮШКА С САХАРОМ	60	4,8	14,1	33,7	280	0,1
Итого			388	14	24,6	57,7	513	2,1
Всего				47	61,7	179,8	1469	45,5

бухгалтер Мамаева 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
25 июля 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								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	120	4,9	4,5	21,9	147	0
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	31	0,6	2,8	2,4	37	2,2
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		6,9	28	0
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,7	13	66	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			361	7,5	12,1	44,2	315	2,2
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		0,9	5	3,7
2008	100	СУП - ЛАПША НА КУР, БУЛЬОНЕ	180	2,9	3,2	10,9	83	3,6
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	180	14,6	14,6	9,6	231	30,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			5	20	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,7	0,2	17,9	85	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,5	0,3	15,8	76	0
Итого			649	23	18,3	60,1	500	37,6
Полдник								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	4	6	16,6	138	0,6
2008	435	РЯЖЕНКА	178	5,2	4,5	7,5	96	1,4
2008	453	ПЛЮШКА С САХАРОМ	60	4,2	14	30,4	265	0,1
Итого			388	13,4	24,5	54,5	499	2,1
Всего				44,4	55	168,7	1357	43,9

бухгалтер Мамуткина Г.Н.

медсестра Федосеева Г.А.

повар Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.