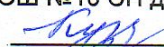


Утверждаю

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

МЕНЮ

15 февраля 2023 г.

САД

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	189	СУП ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	150	4,6	7,7	16,7	156	0,6
к/к	к/к	КАКАО	180	4,1	4,3	13,8	110	0,7
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	2	0,8	13,4	68	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			361	10,7	16,9	43,9	371	1,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	88	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			88	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	36	0,3		0,6	5	1,8
2008	100	СУП "УХА"	180	1,7	2,7	11,9	79	4,1
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	0,4	2,9	2	36	0,7
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130	3,9	5,3	27,5	173	13,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	14,2	58	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17	80	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,2	0,3	14,4	69	0
Итого			675	11,2	11,5	87,6	500	20,7
Полдник								
2008	224	ЛАКОМКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛОКОМ	130/20	6,9	8,4	39,3	261	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,1		7	29	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ	32	2,4	3,1	23,8	133	0
Итого			367	9,4	11,5	70,1	423	0,7
Всего				31,7	40,3	210,2	1335	31,5

бухгалтер _____

Мамуткина Г.Н.

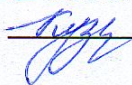
медсестра _____

Федосеева Г.А

повар _____

Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.

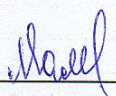
Утверждаю


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

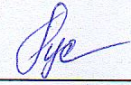
МЕНЮ
15 февраля 2023 г.

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	189	СУП ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ	150	4,6	7,7	16,5	155	0,6
к/к	к/к	КАКАО	180	4	4,3	14	111	0,7
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2	0,8	13,6	69	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0,1
Итого			360	10,6	16,9	44,1	372	1,7
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	88	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			88	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	36	0,3		0,6	5	1,8
2008	100	СУП "УХА"	180	1,6	2,7	11,5	77	3,9
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	60	0,4	2,8	2	35	0,7
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	120	3,2	3,5	21,9	133	10,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	12,9	53	0,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,2	81	0,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,3	0,3	14,5	70	0,3
Итого			645	10,5	9,6	80,6	454	17,7
Полдник								
2008	224	ЛАКОМКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛОКОМ	130/20	7	8,3	36,4	248	0,3
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,1		5,3	22	0,0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	22	1,7	2,2	16,4	92	0,1
Итого			357	8,8	10,5	58,1	362	0,4
Всего				30,3	37,4	191,4	1229	28,1

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
15 февраля 2023 г.

ЗМ

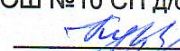
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ С ОВСЯНЫМ МОЛОКОМ	150	3,3	4,8	20,3	138	0
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБЦЫ(свои)	10					0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
Итого			345	3,4	8,9	30,2	215	0
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	88	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			88	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	35	0,3		0,7	5	2
2008	100	СУП "УХА"	180	2,2	2,9	15,2	95	4,1
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	0,4	9,7	2,4	99	1
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ Б/М	130	3,3	4,7	26,7	163	13,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	11,3	47	0,7
		ХЛЕБЦЫ(свои)	10					0
Итого			615	6,3	17,4	56,3	409	21,3
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ Б/М С МАСЛОМ	130	2,7	4,4	38,1	203	0
		ЖЕЛТОК ЯИЧНЫЙ	20	4,9	4,5	0,3	61	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,2		10	41	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (свое)	30					0
Итого			365	7,8	8,9	48,4	305	1
Всего				17,9	35,6	143,5	970	31,1

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
15 февраля 2023 г.

КОС (ясли 50%)

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								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ С ОВСЯНЫМ МОЛОКОМ	150	3,3	0,8	20,3	101	0
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		9,9	40	0
		ХЛЕБЦЫ(свои)	10					0
Итого			340	3,4	0,8	30,2	141	0
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	88	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Итого			88	0,4	0,4	8,6	41	8,8
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	35	0,3		0,7	5	2
2008	100	СУП "УХА"	180	2,2	10,2	15,2	161	4,1
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	60	0,4	9,7	2,4	99	1
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ Б/М	120	3	0,6	24,6	117	12,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	11,3	47	0,7
		ХЛЕБЦЫ(свои)	10					0
Итого			585	6	20,6	54,2	429	20,3
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ Б/М С ПОДС. МАСЛОМ	130	2,7	10,1	38,1	254	0
		ЖЕЛТОК ЯИЧНЫЙ	20	4,9	4,5	0,3	61	0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,2		10	41	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ (свое)	30					0
Итого			365	7,8	14,6	48,4	356	1
Всего				17,6	36,4	141,4	967	30,1

бухгалтер  Мамуткина Г.Н.

медсестра  Федосеева Г.А

повар  Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.