

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 февраля 2023 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								
2012	93	СУП - ЛАПША МОЛОЧНЫЙ	150	4,7	6	18,4	148	0,6
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	14,6	111	0,7
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	2	0,8	13,4	68	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,5	3,2		40	0,1
Итого			367	13,1	14,1	46,4	367	1,4
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								
2012		САЛАТ "ЧИПОЛЛИНО"	40	0,5	2	3	33	1,5
2012	57	БОРЩ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	3,8	4,7	12,4	110	11,9
2008	239	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	80	17,1	17,2	4,7	242	0,3
2011	1	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130	15,7	7,5	33	263	0
2008	402	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	14,8	72	66
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,4	0,2	16	76	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,2	0,3	14,3	69	0
Итого			682	42,2	32,1	98,2	865	79,7
Полдник								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5	7,7	20,5	173	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		7,1	29	0
2012		БУЛОЧКА " МОСКОВСКАЯ"	60	5,1	14,3	28,1	261	0,1
Итого			390	10,2	22	55,7	463	0,7
Всего				66	68,3	210,2	1738	83,8

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.

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 февраля 2023 г.

ЯСЛИ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	93	СУП - ЛАПША МОЛОЧНЫЙ	150	4,7	6	18,3	147	0,6
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,9	4,1	14,8	112	0,7
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,9	0,7	13,2	67	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,5	3,2		40	0,1
Итого			367	13	14	46,3	366	1,4
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								
2012		САЛАТ "ЧИПОЛЛИНО"	30	0,4	1,3	2,3	23	1,2
2012	57	БОРЩ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/5	3,7	4,7	11,8	107	11,7
2008	239	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	15,5	14,5	4,5	210	0,3
2011	1	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	120	14,5	5	30,2	224	0
2008	402	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	13,7	68	66
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,4	0,2	15,8	75	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,2	0,3	14,3	69	0
Итого			651	39,2	26,2	92,6	776	79,2
Полдник								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5	6,1	19,3	153	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1		5,1	21	0
2012		БУЛОЧКА "МОСКОВСКАЯ"	60	5,1	14,3	28,2	262	0,1
Итого			390	10,2	20,4	52,6	436	0,7
Всего				62,9	60,7	201,4	1621	83,3

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.

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

МЕНЮ

16 февраля 2023 г.

КОС (ясли 50%)

Сбор-ник рецен-тип	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- С, мг
				Угле- воды, г	Жиры, г	Белки, г		

Завтрак								
2012	93	СУТ - ЛАПША (своя) НА ОБС, МОЛОКЕ	500				9,7	39
	к/к	ЧАЙ	250	0,1			9,9	40
		ХЛЕБЦЫ(своя)	10					0
Итого								
			760	0,1			19,6	79

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		САЛАТ "ЧИПОЛИНО"	40	0,4	9,8	2		97
2012	57	БОРЩ НА КУР, БУЛЬОНЕ БЕЗ СМЕТАНЫ	180	2,1	9,9	12,1		147
2008		КУРИЦА ОТВАРНАЯ						0
2011	1	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С ПОДС. МАСЛОМ	130	15,5	10,8	32,5		289
2008	402	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	16,7		80
		ХЛЕБЦЫ(своя)	10					66
Итого								
			540	18,5	30,7	63,3		613

Полдник								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ Б/М С ПОДС. МАСЛОМ	190	1,9	10	22,2		186
		ЖЕЛТОК ЯИЧНЫЙ	20	4,9	4,5	0,3		61
	к/к	ЧАЙ	250	0,1		9,9		40
2008		ПЕЧЕНЬЕ (свое)	30					0
Итого								
			490	6,9	14,5	32,4		287

бухгалтер Мамукина Г.Н.
медсестра Федосеева Г.А.
повар Лусва Н.В., Подгирова С.Ю.

Утверждаю


Утверждаю

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

МЕНЮ
16 февраля 2023 г.

ЗМ

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	93	СУП - ЛАПША (своя) НА ОВС, МОЛОКЕ	330		2,4	9,7	60	0
к/к	к/к	ЧАЙ	250	0,1		9,9	40	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,5	3,2		40	0,1
		ХЛЕБЦЫ(свои)	10					0
Итого			601	2,6	5,6	19,6	140	0,1
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								
2012		САЛАТ "ЧИПОЛЛИНО"	50	0,6	9,8	3,3	104	1,7
2012	57	БОРЩ НА КУР, БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	170/5	2,3	4,1	12,2	99	11,1
2008		КУРИЦА ОТВАРНАЯ						0
2011	1	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	130	15,5	7,5	32,6	260	0
2008	402	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	16,7	80	66
		ХЛЕБЦЫ(свои)	10					0
Итого			545	18,9	21,6	64,8	543	78,8
Полдник								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ Б/ М	160	1,9	4,3	22,2	135	0
		ЖЕЛТОК ЯИЧНЫЙ	20	4,9	4,5	0,3	61	0
к/к	к/к	ЧАЙ	250	0,1		9,9	40	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ (свое)	30					0
Итого			460	6,9	8,8	32,4	236	0
Всего				28,9	36,1	126,7	962	80,9

бухгалтер  Мамуткина Г.Н.

медсестра  Федосеева Г.А

повар  Гусева Н.В., Подгорнова С.Ю.