

Утверждаю

Старший воспитатель СПДС "Радуга"
ГБОУ СОШ № 14
/Галушко О. К./

МЕНЮ

3 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

| 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 | | | | | | | | |
| | | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 6,9 | 4,7 | 25,2 | 173,6 | 0,9 |
| | | САХАР ПЕСОК | 4/4 | 0 | 0 | 3,6 | 14,4 | 0 |
| | | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ | 180/180 | 4,8 | 4,4 | 8,5 | 97,2 | 0,9 |
| | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5/5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 | 0 |
| | | КРУПА ЯЧНЕВАЯ | 22/22 | 2,1 | 0,3 | 13,1 | 62,0 | 0 |
| | | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 5,0 | 4,4 | 16,8 | 130,5 | 0,9 |
| | | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК РАСТВОРИМЫЙ | 2/2 | 0,2 | 0 | 1 | 4,6 | 0 |
| | | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ | 180/180 | 4,8 | 4,4 | 8,5 | 97,2 | 0,9 |
| | | САХАР ПЕСОК | 8/3 | 0 | 0 | 7,3 | 28,7 | 0 |
| | | БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,0 | 77,7 | 0 |
| | | БАТОН НАРЕЗНОЙ. | 30/30 | 2,3 | 0,9 | 15 | 77,7 | 0 |
| | | МАСЛО НА БУТЕРБРОД | 5 | | | | | 0 |
| | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5/5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР | 10 | 2,3 | 3,0 | | 36,3 | 0 |
| | | СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ | 10,268/9,97 | 2,3 | 2,9 | 0 | 36,3 | 0,2 |
| | | | | 16,5 | 13,0 | 57,0 | 418,1 | 1,8 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | СУП С КАРТОФЕЛЕМ И КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б | 200 | 5,2 | 5,7 | 26,0 | 169,7 | 3,2 |
| | | КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ | 54,17/32,5 | 0,7 | 0,1 | 5,1 | 22,5 | 2,6 |
| | | МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 18/13,5 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,2 | 0,3 |
| | | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10/8,4 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,1 | 0,3 |
| | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 3/3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 | 0 |
| | | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 30/30 | 3 | 0,4 | 19,1 | 90,2 | 0 |
| | | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ | 0,4/0,4 | 0 | 0 | 0 | 0,0 | 0 |
| | | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,17 шт. / 6,79 | 0,9 | 0,8 | 0 | 9,6 | 0 |
| | | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3/3 | 0 | 2,8 | 0 | 24,3 | 0 |
| | | СМЕТАНА | 11/11 | 0,3 | 1,6 | 0,4 | 15,8 | 0 |
| | | КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ | 60 | 10,1 | 10,4 | 6,1 | 152,1 | 0,8 |
| | | МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕН. | 80/44,8 | 8 | 6,8 | 0 | 88,7 | 0,4 |
| | | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10/8,4 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,1 | 0,3 |
| | | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,6/2,6 | 0 | 2,4 | 0 | 21,1 | 0 |
| | | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 1/8 шт. / 5 | 0,6 | 0,6 | 0 | 7,1 | 0 |
| | | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ | 20/20 | 0,6 | 0,5 | 0,9 | 10,8 | 0,1 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧН. | 10/10 | 0,8 | 0,1 | 4,6 | 21,3 | 0 |
| | | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ | 110 | 12,1 | 2,1 | 24,1 | 158,2 | 0 |
| | | ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ | 55/55 | 12,1 | 0,8 | 24,1 | 148,1 | 0 |
| | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 1,7/1,7 | 0 | 1,3 | 0 | 10,1 | 0 |
| | | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,3 | | 13,1 | 54,1 | 0 |
| | | СМЕСЬ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 11/11 | 0,3 | 0 | 5,8 | 25,4 | 0 |
| | | САХАР ПЕСОК | 8/8 | 0 | 0 | 7,3 | 28,7 | 0 |

| | | | | | | | | |
|----------------|-----------|---|----------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,1 | 0,4 | 19,3 | 91,8 | 0 |
| | | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 50 / 50 | 3,1 | 0,4 | 19,3 | 91,8 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,4 | 0,1 | 9,1 | 42,7 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧН. | 20 / 20 | 1,4 | 0,1 | 9,1 | 42,7 | 0 |
| | | | | 32,2 | 18,7 | 97,7 | 668,6 | 5,8 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | РЯЖЕНКА | 180 | 4,9 | 4,2 | 6,9 | 87,5 | 0,2 |
| | | РЯЖЕНКА | 180 / 180 | 4,9 | 4,2 | 6,9 | 87,5 | 0,6 |
| | | | | 4,9 | 4,2 | 6,9 | 87,5 | 6,0 |
| Ужин 1 | | | | | | | | |
| | | ПИРОЖОК С КАРТОШКОЙ | 120 | 8,9 | 8,0 | 42,4 | 266,1 | 2,1 |
| | | САХАР ПЕСОК | 5 / 5 | 0 | 0 | 4,6 | 18,0 | 0 |
| | | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ | 40 / 40 | 1,1 | 1 | 1,9 | 21,6 | 0,2 |
| | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2 / 2 | 0 | 1,6 | 0 | 11,9 | 0 |
| | | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 / 3 | 0 | 2,8 | 0 | 24,3 | 0 |
| | | КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ | 30 / 24 | 0,5 | 0,1 | 3,8 | 16,7 | 1,9 |
| | | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,13 шт. / 5 | 0,5 | 0,6 | 0 | 7,1 | 0 |
| | | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,25 шт. / 10 | 1,2 | 1,1 | 0,1 | 14,1 | 0 |
| | | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ | 50 / 50 | 5,1 | 0,7 | 31,9 | 150,3 | 0 |
| | | ДРОЖЖИ | 3 / 3 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 2,1 | 0 |
| 2012 | 36 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ | 50 | 0,8 | 3,4 | 3,7 | 47,5 | 0,3 |
| | | СВЕКЛА СТОЛОВАЯ | 48,036 / 36,03 | 0,5 | 0 | 2,9 | 13,6 | 0 |
| | | ОГУРЦЫ С ЗЕЛЕНЬЮ В ЗАЛИВКЕ | 12 / 12 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,4 | 0,2 |
| | | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 3,6 / 3 | 0 | 0 | 0,2 | 1,1 | 0,1 |
| | | ГОРОХ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 9,2 / 9 | 0,2 | 0 | 0,4 | 2,2 | 0 |
| | | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,5 / 3,5 | 0 | 3,4 | 0 | 29,2 | 0 |
| | | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,2 | | 7,8 | 32,5 | 1,3 |
| | | САХАР ПЕСОК | 8 / 8 | 0 | 0 | 7,3 | 28,7 | 0 |
| | | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ | 0,6 / 0,6 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,4 | 0 |
| | | ЛИМОН | 8 / 8 | 0,1 | 0 | 0,2 | 2,4 | 1,3 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,8 | 0,2 | 11,4 | 53,3 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧН. | 25 / 25 | 1,8 | 0,2 | 11,4 | 53,3 | 0 |
| | | | | 11,7 | 11,6 | 65,3 | 399,4 | 9,7 |

Утверждаю

Старший воспитатель СПДС "Радуга"

ГБОУ СОШ № 14

Галушко О. К./

МЕНЮ

3 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|------------------|---------------|--|---------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ | 150 | 5,9 | 3,9 | 21,7 | 148,1 | 0,8 |
| | | САХАР ПЕСОК | 3/3 | 0 | 0 | 2,7 | 10,8 | 0 |
| | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5/5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 | 0 |
| | | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ | 150/150 | 4 | 3,6 | 7,1 | 81,0 | 0,8 |
| | | КРУПА ЯЧНЕВАЯ | 20/20 | 1,9 | 0,3 | 11,9 | 56,3 | 0 |
| | | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 4,2 | 3,6 | 14,3 | 109,8 | 0,8 |
| | | САХАР ПЕСОК | 7/7 | 0 | 0 | 6,4 | 25,1 | 0 |
| | | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ | 150/150 | 4 | 3,6 | 7,1 | 81,0 | 0,8 |
| | | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК РАСТВОРИМЫЙ | 1,6/1,6 | 0,2 | 0 | 0,8 | 3,7 | 0 |
| | | БАТОН | 20 | 1,6 | 0,2 | 9,8 | 47,6 | 0 |
| | | БАТОН ПРОСТОЙ | 20/20 | 1,6 | 0,2 | 9,8 | 47,6 | 0 |
| | | МАСЛО НА БУТЕРБРОД | 5 | | | | | 0 |
| | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 5/5 | 0 | 0 | 0 | 0,0 | 0 |
| 2008 | 14 | СЫР | 5 | 1,8 | 2,4 | | 29,1 | 0 |
| | | СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ | 8,2/8 | 1,9 | 2,4 | 0 | 29,1 | 0,1 |
| | | | | 13,5 | 10,1 | 45,8 | 334,6 | 1,6 |
| Обед | | | | | | | | |
| | | СУП С КАРТОФЕЛЕМ И КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ НА КБ | 150 | 3,7 | 4,3 | 18,4 | 121,7 | 2,7 |
| | | КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ | 45/27 | 0,5 | 0,1 | 4,3 | 18,7 | 2,2 |
| | | МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ | 13/9,75 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3,1 | 0,2 |
| | | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 8/8,72 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,5 | 0,3 |
| | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2/2 | 0 | 0 | 0 | 0,0 | 0 |
| | | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 20/20 | 2,1 | 0,3 | 12,7 | 60,1 | 0 |
| | | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ | 0,3/0,3 | 0 | 0 | 0 | 0,0 | 0 |
| | | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,14 шт./5,71 | 0,7 | 0,7 | 0 | 8,1 | 0 |
| | | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2/2 | 0 | 1,9 | 0 | 16,2 | 0 |
| | | СМЕТАНА | 9/9 | 0,2 | 1,3 | 0,3 | 13,0 | 0 |
| | | КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ | 50 | 9,1 | 9,2 | 6,0 | 137,3 | 0,7 |
| | | МЯСО СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ ОХЛАЖДЕН. | 70/39,2 | 6,9 | 5,9 | 0 | 77,6 | 0,3 |
| | | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 8/8,72 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,5 | 0,3 |
| | | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,1/2,1 | 0 | 2 | 0 | 17,0 | 0 |
| | | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,14 шт./5,71 | 0,7 | 0,7 | 0 | 8,1 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧН. | 10/10 | 0,8 | 0,1 | 4,6 | 21,3 | 0 |
| | | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ | 20/20 | 0,6 | 0,5 | 0,9 | 10,8 | 0,1 |
| | | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ | 90 | 9,9 | 1,8 | 19,7 | 129,5 | 0 |
| | | ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ | 45/45 | 9,9 | 0,7 | 19,7 | 121,1 | 0 |
| | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 1,4/1,4 | 0 | 1,1 | 0 | 8,4 | 0 |
| | | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,2 | | 11,1 | 45,8 | 0 |
| | | СМЕСЬ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 9/9 | 0,2 | 0 | 4,7 | 20,7 | 0 |
| | | САХАР ПЕСОК | 7/7 | 0 | 0 | 6,4 | 25,1 | 0 |

| | | | | | | | | |
|----------------|-----------|---|-----------------|-------------|-------------|-------------|--------------|------------|
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 15,5 | 73,4 | 0 |
| | | ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ | 40 / 40 | 2,5 | 0,4 | 15,5 | 73,4 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | 1,0 | 0,1 | 6,8 | 32,0 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧН. | 15 / 15 | 1 | 0,1 | 6,8 | 32,0 | 0 |
| | | | | 26,4 | 15,8 | 77,5 | 539,7 | 5,0 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | | РЯЖЕНКА | 150 | 4,2 | 3,6 | 5,7 | 72,9 | 0,2 |
| | | РЯЖЕНКА | 150 / 150 | 4,2 | 3,6 | 5,7 | 72,9 | 0,5 |
| | | | | 4,2 | 3,6 | 5,7 | 72,9 | 5,2 |
| Ужин 1 | | | | | | | | |
| | | ПИРОЖОК С КАРТОШКОЙ | 120 | 9,0 | 8,1 | 42,4 | 267,1 | 2,1 |
| | | САХАР ПЕСОК | 5 / 5 | 0 | 0 | 4,6 | 18,0 | 0 |
| | | МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ | 40 / 40 | 1,1 | 1 | 1,9 | 21,6 | 0,2 |
| | | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2 / 2 | 0 | 1,6 | 0 | 11,9 | 0 |
| | | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3 / 3 | 0 | 2,8 | 0 | 24,3 | 0 |
| | | КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ | 30 / 24 | 0,5 | 0,1 | 3,8 | 16,7 | 1,9 |
| | | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,14 шт. / 5,71 | 0,7 | 0,7 | 0 | 8,1 | 0 |
| | | ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) | 0,25 шт. / 10 | 1,2 | 1,1 | 0,1 | 14,1 | 0 |
| | | МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ | 50 / 50 | 5,1 | 0,7 | 31,9 | 150,3 | 0 |
| | | ДРОЖЖИ | 3 / 3 | 0,4 | 0,1 | 0,1 | 2,1 | 0 |
| 2012 | 36 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ | 40 | 0,6 | 2,3 | 2,5 | 31,5 | 0,3 |
| | | СВЕКЛА СТОЛОВАЯ | 32,143 / 24,11 | 0,4 | 0 | 1,9 | 9,1 | 0 |
| | | ОГУРЦЫ С ЗЕЛЕНЬЮ В ЗАЛИВКЕ | 8 / 8 | 0,1 | 0 | 0,1 | 0,9 | 0,2 |
| | | ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 2,36 / 2 | 0 | 0 | 0,2 | 0,7 | 0,1 |
| | | ГОРОХ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ | 6,071 / 3,95 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,4 | 0 |
| | | МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,4 / 2,4 | 0 | 2,3 | 0 | 19,4 | 0 |
| | | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150 | 0,2 | | 6,8 | 28,0 | 1 |
| | | САХАР ПЕСОК | 7 / 7 | 0 | 0 | 6,4 | 25,1 | 0 |
| | | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ | 0,5 / 0,5 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,1 | 0 |
| | | ЛИМОН | 6 / 6 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,8 | 1 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,4 | 0,1 | 9,1 | 42,7 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧН. | 20 / 20 | 1,4 | 0,1 | 9,1 | 42,7 | 0 |
| | | | | 11,2 | 10,5 | 60,8 | 369,3 | 8,6 |

приводит к
- криволинейности

- отклонения

- преломление в клине

- со стороны преломления

- преломление в клине

- преломление в клине

преломление:

преломление:

- состояние преломления после

показа

- состояние преломления после

- преломление

- преломление

- за счет преломления

- за счет преломления

преломление:

преломление:

для преломления в клине

свойство солёных веществ

свойства песка

вещества карбоната

преломление в клине

преломление:

оптическое явление

преломление:

преломление:

преломление:

преломление в клине