

Утверждаю

Старший воспитатель СПДС "Радуга"

ГБОУ СОШ № 14

Савина /Савина Т.С./**МЕНЮ**

24 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов


Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
		КАША МАННАЯ	150	5,1	7,1	20,2	165,3	0,6
		САХАР ПЕСОК	3/3	0	0	2,7	10,8	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	125/125	3,3	3	5,9	67,5	0,6
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5/5	0	3,9	0	33,7	0
		КРУПА МАННАЯ	18/18	1,8	0,2	11,6	53,3	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,4	3,0	12,8	94,9	0,6
		САХАР ПЕСОК	7/7	0	0	6,4	25,1	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК РАСТВОРИМЫЙ	1/1	0,1	0	0,5	2,3	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	125/125	3,3	3	5,9	67,5	0,6
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,0	51,8	0
		БАТОН НАРЕЗНОЙ.	20/20	1,5	0,6	10	51,8	0
		МАСЛО НА БУТЕРБРОД	5		3,9		33,7	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5/5	0	3,9	0	33,7	0
		СЫР	8	1,9	2,4		29,6	0,1
		СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	8,333/8,13	1,9	2,4	0	29,6	0,1
				11,9	17,0	43,0	375,3	1,3
Обед								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИН. Б-НЕ	150	2,0	5,3	11,2	93,5	3,1
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2/2	0	1,6	0	11,9	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	45/27	0,5	0,1	4,3	18,7	2,2
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8/6,72	0,1	0	0,5	2,5	0,3
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	13/9,75	0,1	0	0,6	3,1	0,2
		ПАСТА ТОМАТНАЯ	2/2	0,1	0	0,4	1,8	0,4
		СМЕТАНА	9/9	0,2	1,3	0,3	13,0	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3/2,3	0	2,2	0	18,6	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,8/0,8	0	0	0	0,0	0
		ЧЕСНОК	1/0,85	0,1	0	0,3	1,2	0
		СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	80/60	0,9	0,1	4,8	22,7	0
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,4	9,4	7,6	150,6	0,8
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	37,5/37,5	1	0,9	1,8	20,3	0,2
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,389/6,389	0	5	0,1	43,0	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,4/0,4	0	0	0	0,0	0
		РЫБА ТРЕСКООБРАЗНАЯ	90/47,7	7,2	0,4	0	30,9	0,4
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/4 шт./10	1,2	1,1	0,1	14,1	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2/2	0	1,9	0	16,2	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	10/10	0,8	0,1	4,6	21,3	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8/6,72	0,1	0	0,5	2,5	0,3
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	10/7,5	0,1	0	0,5	2,3	0,2
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,4	3,1	20,8	116,7	9,8
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	40/40	1,1	1	1,9	21,6	0,2
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2/2	0	1,6	0	11,9	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	200/120	2,3	0,5	18,9	83,2	9,6

	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
			19,5	18,3	73,0	512,0	15,0
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	15,2
Ужин 1							
	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	150	4,3	4,9	15,0	121,5	0,6
	МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	125 / 125	3,3	3	5,9	67,5	0,6
	ПШЕНО	9,9 / 9,9	1	0,3	6,4	31,3	0
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
	САХАР ПЕСОК	3 / 3	0	0	2,7	10,8	0
	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	150	0,2		6,8	28,0	1
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,5 / 142,5	0	0	0	0,0	0
	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	15	1,0	0,1	6,8	32,0	0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	15 / 15	1	0,1	6,8	32,0	0
			5,5	5,0	28,6	181,5	16,8

Утверждаю

Старший воспитатель СПДС "Радуга"

ГБОУ СОШ № 14

 /Савина Т.С./**МЕНЮ**

24 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
		КАША МАННАЯ	200	6,2	7,9	23,9	193,7	0,8
		САХАР ПЕСОК	4 / 4	0	0	3,6	14,4	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	160 / 160	4,2	3,8	7,5	86,4	0,8
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	3,9	0	33,7	0
		КРУПА МАННАЯ	20 / 20	2	0,2	12,8	59,2	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,3	3,8	15,3	117,9	0,8
		САХАР ПЕСОК	8 / 8	0	0	7,3	28,7	0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК РАСТВОРИМЫЙ	1,2 / 1,2	0,1	0	0,5	2,8	0
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	160 / 160	4,2	3,8	7,5	86,4	0,8
		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		3,9		33,7	0
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5 / 5	0	3,9	0	33,7	0
		СЫР	10	2,3	3,0		36,5	0,1
		СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	10,339 / 10,04	2,3	3	0	36,5	0,2
				15,1	19,5	54,2	459,5	1,7
Обед								
		СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ НА КУРИН.Б-НЕ.	200	2,3	7,0	13,4	118,8	3,6
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3 / 3	0	2,4	0	17,8	0
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	50 / 30	0,6	0,1	4,7	20,8	2,4
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	15 / 11,25	0,1	0	0,7	3,5	0,2
		ПАСТА ТОМАТНАЯ	3 / 3	0,1	0	0,5	2,8	0,6
		СМЕТАНА	11 / 11	0,3	1,6	0,4	15,8	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3 / 3	0	2,8	0	24,3	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	1 / 1	0	0	0	0,0	0
		ЧЕСНОК	2 / 1,7	0,1	0	0,5	2,3	0,1
		СВЕКЛА СТОЛОВАЯ	100 / 75	1	0,1	6	28,4	0
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	12,4	7,3	8,4	145,1	0,7
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	50 / 50	1,4	1,2	2,4	27,0	0,3
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,034 / 2,03	0	1,6	0	13,7	0
		СОЛЬ ПИЩЕВАЯ	0,4 / 0,4	0	0	0	0,0	0
		РЫБА ТРЕСКООБРАЗНАЯ	110 / 58,3	8,8	0,5	0	37,8	0,4
		ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт. / 10,17	1,2	1,1	0,1	14,4	0
		МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3 / 3	0	2,8	0	24,3	0
		ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10 / 8,4	0,1	0	0,6	3,1	0,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧН.	10 / 10	0,8	0,1	4,6	21,3	0
		МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ	15 / 11,25	0,1	0	0,7	3,5	0
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,9	4,4	22,5	139,1	10,5
		КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ	213,33 / 128	2,5	0,5	20,1	88,7	10,2
		МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	50 / 50	1,4	1,2	2,4	27,0	0,3

	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3,475 / 3,475	0	2,7	0	23,4	0
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		12,6	51,7	0
	СМЕСЬ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	10 / 10	0,2	0	5,3	23,0	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
			23,3	19,2	85,3	589,2	16,5
Полдник							
	РЯЖЕНКА	180	5,2	4,5	7,6	97,2	0,5
	РЯЖЕНКА	180 / 180	5,2	4,5	7,6	97,2	1,4
			5,2	4,5	7,6	97,2	17,0
Ужин 1							
	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	200	4,9	5,0	19,1	141,3	0,6
	МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ	125 / 125	3,3	3	5,9	67,5	0,6
	ПШЕНО	15 / 15	1,6	0,4	9,6	47,5	0
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2 / 2	0	1,6	0	11,9	0
	САХАР ПЕСОК	4 / 4	0	0	3,6	14,4	0
	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2		7,8	31,9	1
	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	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
			6,5	5,1	36,0	215,9	18,6