

Утверждаю

Заведующий

0561022-ГБДОУ д/с № 13 комбинированного вида Кронштадтского района СПб
_____/Романчина Л.П./

МЕНЮ
24 июня 2024 г.

Дети сад

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	6,3	6,2	30,6	204	0,4
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	190	4,6	8,6	36,2	239	0
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,8	2,3	10	73	0,4
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,3		5,5	23	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,2	1,2	24	92	0
Итого			448	16,2	14,2	64,9	430	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК	188		0,2	18,2	83	3,6
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (аллергики)	180	0,1	0,1	10,1	42	0,7
Итого			188		0,2	18,2	83	3,6
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	51		0,1	1	8	3
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	3,4	3,9	6,3	77	5,2
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	3	4,4	2,2	62	0
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	85	14,3	18,9	11	270	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,9	5,3	19,6	138	9,2
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,9	0,1	14,7	64	0,3
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,2	14	48	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,6	0,9	18	69	0
Итого			707	13,5	14,9	75,8	466	17,7
Полдник								
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	70	1,4	0,8	6,9	39	0,1
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,1	1,2	18,1	97	6,1
2008	435	КЕФИР 2,5%	178	3,5	5,4	7,4	98	18,5
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,2	14	48	0
2008	453	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	55	3,9	5,9	36,9	216	3
Итого			455	12,6	13,5	83,3	498	27,7
Всего				42,3	42,8	242,2	1477	49,8