

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
26 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,7	3,3	28,1	126	2,4
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	0,5	1,6	8,8	28	1,7
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	7,2	19,4	2,5	225	0,2
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ (аллергики)	200/10	2,5	8,8	30,6	210	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	185	3,2	4,7	19,5	157	1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,3		10,3	42	0
Итого			415	12,6	29	58,9	536	5,3
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	188					0
Итого			188					0
Обед								
	015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	57		0,1	1,5	8	6
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/10/1	2	1,9	14,2	82	5,1
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	16,2	15,8	3,6	222	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,4	4,3	33,3	201	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	185			22,2	89	0
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (аллергики)	180	0,1	0,1	8,2	35	1,4
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1	0,1	8,4	29	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,9	1	21	81	0
Итого			694	28,5	23,2	104,2	712	11,7
Полдник								
2008	126	КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	150	3,8	5,3	6,4	89	45,2
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			9,1	40	2,3
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,3		6,4	26	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,7	0,2	14	48	0
2008	467	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4	3,7	28,6	167	0,1
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	127	1,2	0,6	25,2	115	12
Итого			534	10,7	9,8	83,3	459	59,6
Всего				51,8	62	246,4	1707	76,6