

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

26 июня 2024 г.

Дети ясли

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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,6	0,6	21,2	95	6
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	1,6	1,8	25	1,4
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	14	18,4	2,4	232	0,2
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,9	2,2	10,8	75	0,5
Итого			380	19,4	22,8	36,2	427	8,1
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	198					0
Итого			198					0
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,4		1,2	7	4,9
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ. ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	150/10/1	1,8	2,2	12,1	76	4,2
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,2	14,9	3,8	211	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,9	5,3	21,9	155	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160					0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,8	0,7	12,3	63	0
Итого			620	25,1	23,2	57,7	543	9,7
Полдник								
		КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	120	3	3,6	5,1	66	36,1
		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1		14,1	54	1,9
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5	2	28,9	153	0,1
		БАНАН СВЕЖИЙ	106	1,6	0,5	22,2	101	10,6
Итого			442	10,7	6,2	76,7	405	48,7
Всего				55,2	52,2	170,6	1375	66,5