

Утверждаю

0561022-ГБДОУ д/с № 13 комбинированного вида Кронштадтского района СПб

Заведующий

/Романчина Л.П./

МЕНЮ

11 июня 2024 г.

Дети сад

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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55	7	6,2	20,3	166	0,1
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	175	4,2	6,4	24,7	175	0,5
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,1	1,6	10,4	66	0,4
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,3		5,5	23	0
Итого			410	13,3	14,2	55,4	407	1
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ 2,5%	192	6,1	5,2	11,1	115	1,3
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	150	0,6	0,6	14,7	70	15
Итого			192	6,1	5,2	11,1	115	1,3
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,9	8	4,1	92	4,9
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ ,СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/8	1,6	2,9	7,4	66	6,2
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/30	15,7	11,4	9,9	231	11,8
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,5	1,9	27,4	141	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180		0,2	14,2	73	0,2
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,7	0,2	14	48	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	46	1,9	1	21	81	0
Итого			744	25,3	25,6	98	732	23,1
Полдник								
2013	521	СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ	73	12,4	6,2		106	0
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,5	11,8		178	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,7	18,6	129	9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			11,7	47	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,7	0,2	14	48	0
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,6	121	0
Итого			463	19	13,9	65,9	451	9
Всего				63,7	58,9	230,4	1705	34,4