

Утверждаю

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

Заведующий

/Романчина Л.П./

МЕНЮ

10 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	6,4	6,1	30,8	204	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	190	3,9	4,5	28	167	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6			8,4	34	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,2	1,2	24	92	0
Итого			452	16,3	14,2	67,8	441	1
II Завтрак								
2008	442	СОК	176		0,2	18,2	83	3,6
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (аллергии)	180	0,1	0,1	9,4	40	0,7
Итого			176		0,2	18,2	83	3,6
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	3,4	3,7	6,3	75	5,1
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	3	4,2	2,3	61	0
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	80	14,3	12,5	11,8	216	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,9	4,8	19,6	134	9,2
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,4	0,1	16,9	70	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,7	0,2	14	48	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	32	1,6	0,9	18	69	0
Итого			665	13	13,9	77,1	457	14,3
Полдник								
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	70	1,5	0,8	7,6	43	0,1
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2	1	17,8	93	5,8
2008	435	КЕФИР 2,5%	201	3,5	5,4	7,4	98	18,5
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (аллергии)	180	0,5	0,1	17,7	74	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,7	0,2	14	48	0
2008	453	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	60	4,1	5,9	43,3	241	4,4
Итого			489	12,8	13,3	90,1	523	28,8
Всего				42,1	41,6	253,2	1504	47,7