

Утверждаю

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

Заведующий

/Романчина Л.П./

МЕНЮ

18 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	4,7	15,9	116	0
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,4	2,5	2,8	38	2,2
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	135	10,5	18,1	2,3	215	0,2
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ (аллергии)	180	2,5	8,8	30,5	209	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
Итого			400	17	27,7	33,7	453	2,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	188			22,5	90	0
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (аллергии)	180	0,1	0,1	9,3	40	1,5
Итого			188			22,5	90	0
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,8	7,9	6	99	3,8
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ , ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/5	5,4	7,1	5,7	111	6,1
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	0,4	4,5	9,1	81	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	4,1	1,8	26,4	138	0
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180					0
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергии)	180	0,1	0,1	7,6	32	0,9
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	37	2,6	1,1	18	92	0
Итого			701	15	22,6	75,8	572	9,9
Полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	155	2,3	1,5	10,5	70	7,5
2012	401	РЯЖЕНКА 2,5%	169					0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,7	0,2	10,6	51	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,1	7,9	28,1	222	0,1
Итого			518	13,5	10	59	390	17,6
Всего				45,5	60,3	191	1505	30,4