

Утверждаю

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

Заведующий

/Романчина Л.П./

МЕНЮ
20 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		0,3	63	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,5	7,7	22,5	181	0,5
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	3,9	4,9	28,7	175	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,6	4,6	19,2	142	1
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	36	3	1,2	20,6	105	0
Итого			436	19	13,5	62,6	491	1,5
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ 2,5%	165	5,3	4,5	9,6	99	1,2
Итого			165	5,3	4,5	9,6	99	1,2
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,4		1,2	7	4,8
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/15/10	5,7	7,7	9,4	136	5,7
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	0,4	3,4	3,3	45	0,9
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,7	11,9		180	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,8	21,4	141	10,3
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200			8,7	35	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,6	1,1	18	92	0
Итого			746	14	17,2	72,6	507	21,7
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13,5	16,9	11,6	253	18,2
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		18,8	72	2,6
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,3		7,1	29	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	2	0,2	12,7	61	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	8,8	4,1	35,1	213	0,1
Итого			446	24,4	21,2	78,2	599	20,9
Всего				62,7	56,4	223	1696	45,3