

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
28 июня 2024 г.

Дети сад

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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,3	6	19,1	140	0,1
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	180	3,5	7,8	23,7	187	0,7
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (аллергики)	180	1,9	4,4	18,9	122	0
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1	1,6	10,2	64	0,4
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,3		5,5	23	0
Итого			405	8,8	15,4	53	391	1,2
II Завтрак								
	54	ГРУША СВЕЖАЯ	110	0,4	0,3	11,3	52	5,5
Итого			110	0,4	0,3	11,3	52	5,5
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	63	0,7	0,1	2,4	15	15,8
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/9	3,8	4,9	9,5	101	4,7
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	195	15,6	15,7	32,5	335	15,4
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180			1,3	6	0,5
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	180	0,1	0,1	7,6	32	0,9
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,2	14	48	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	38	1,9	1	21	81	0
Итого			717	23,7	21,9	80,7	586	36,4
Полдник								
	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,4	8,7	9,4	193	0,7
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,7	4,7	11,1	99	8,4
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	125	2,4	4,5	19,9	130	10,1
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	178					0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,2	14	48	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	10,6	8	32	242	0,1
Итого			480	27,4	21,6	66,5	582	9,2
Всего				60,3	59,2	211,5	1611	52,3