Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

2 июля 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-во ды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	5,1	16	120	0
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,5	2,7	3	41	2,3
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	10,8	18,9	2,4	224	0,2
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ (аллергии)	180	2,4	4,7	25,6	154	0
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3	2,5	10,3	77	0,5
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,3		5,5	23	0
Итого			410	17,6	29,2	31,7	462	3
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	170			20,4	82	0
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (аллергии)	180	0,1	0,1	8,2	35	1,4
Итого			170			20,4	82	0
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,8	7,9	6,1	99	4
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ , ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/5	5,5	7,4	5,9	116	7,1
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	0,5	4,9	9,2	85	0
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергии)	80	14,6	14,7	11,9	116	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,3	2	27,4	144	0
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180					0
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергии)	180	0,1	0,1	7,9	34	0,9
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,6	1,1	18	92	0
Итого			708	15,4	23,5	77,2	587	11,1
Полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	155	2,3	1,9	10,1	73	7,9
2012	401	РЯЖЕНКА 2,5%	178					0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6			8,4	34	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,7	0,2	10,6	51	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,3	8	28,2	223	0,1
Итого			530	13,7	10,5	58,7	394	18
Всего				46,7	63,2	188	1525	32,1