

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

4 июля 2024 г.

Дети сад

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9		0,3	63	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,5	7,7	22,4	182	0,5
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	180	3,7	9,9	27,7	214	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,6	4,7	19,1	143	1
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	41	3	1,2	20,6	105	0
Итого			441	19	13,6	62,4	493	1,5
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ 2,5%	186	5,9	5	10,8	112	1,3
Итого			186	5,9	5	10,8	112	1,3
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	62	0,5	0,1	1,6	9	6,2
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/15/10	5,6	7,2	9,2	129	5,7
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (аллергики)	225/20	5	2,7	13,9	102	6,7
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	0,4	3,5	3,4	46	0,9
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,7	11,9		180	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,7	21,4	140	10,3
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200			8,7	35	0
	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			770	14	16,8	72,9	502	23,1
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13,5	16,9	11,6	254	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	32	2	0,2	12,7	61	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	8,3	4,1	35	210	0,1
Итого			452	23,9	21,2	78,1	597	20,9
Всего				62,8	56,6	224,2	1704	46,8