

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
4 июля 2024 г.

Дети ясли

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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,6	6,2	14,5	129	0,4
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	130	2,4	5,2	16,9	124	0
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	11,2	77	0,5
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,3	0,9	15,5	79	0
Итого			381	13,6	13,8	41,5	346	0,9
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ 2,5%	155	5	4,2	9	93	1,1
	TK №002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	148	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			155	5	4,2	9	93	1,1
Обед								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	62	0,5	0,1	1,5	9	6,2
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10	4,3	5,8	8,9	108	5,7
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (аллергики)	210/20	4,8	2,5	13,3	98	6,4
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	3,7	15,6	105	7,6
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	0,5	3,2	3,1	43	1
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,7	11,9		180	0
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	150			14,9	60	0
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,4	0,2	8,5	41	0
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			650	10,9	13,8	65,4	432	20,5
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13,5	16,8	11,7	251	18,1
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	190	0,1		5,7	26	2,3
	TKN№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	180	0,1	0,1	7	29	0,9
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,4	0,2	8,5	41	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	7,4	4,2	30,6	190	0
Итого			412	22,4	21,2	56,5	508	20,4
Всего				51,9	53	172,4	1379	42,9