

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
8 июля 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	6,3	6,2	30,4	204	0,4
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	175	2,8	2,4	10,1	74	0,4
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,3		10,3	42	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	46	2,2	1,2	24	92	0
Итого			451	16,2	14,3	64,8	431	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК	179		0,2	18,2	83	3,6
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (аллергии)	180	0,1	0,1	8,5	36	0,7
Итого			179		0,2	18,2	83	3,6
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60		0,1	1	8	3
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180/10/5	3,4	3,6	6,4	74	5,2
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (аллергии)	195/15	4,4	2,3	12,2	88	6,8
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	3	4,5	2,2	62	0
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	85	14,5	14,9	13,5	246	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,9	5,3	19,5	139	9,2
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,4	0,1	17,2	71	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	1,7	0,2	14	48	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,6	0,9	18	69	0
Итого			730	13	14,7	78,3	471	17,4
Полдник								
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	70	1,6	0,8	8	45	0,1
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,1	0,9	18,2	94	6,2
2008	435	КЕФИР 2,5%	187	3,5	5,4	7,4	98	18,5
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	1,7	0,2	14	48	0
2008	453	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	60	4	6	40	229	3,6
Итого			478	12,9	13,3	87,6	514	28,4
Всего				42,1	42,5	248,9	1499	50,2