

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
8 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	20	1,6	2,2	0,1	31	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	140	3,1	5,9	16,7	124	0,4
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	140	2,8	4,3	21,4	136	0
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,5	2,9	10,9	84	0,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,1	0,8	14,6	74	0
Итого			363	10,3	11,8	42,3	313	1
II Завтрак								
2008	442	СОК	145					0
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (аллергики)	150	0,1	0,1	8	34	0,6
Итого			145					0
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50		0,1	0,9	7	2,5
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,2	5,6	8,2	104	5,4
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (аллергики)	160/15	3,6	1,9	9,9	71	5,5
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ В ОМЛЕТЕ	60	2,4	3,7	0,4	44	0
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	60	10,8	10,9	8,8	90	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,3	4,3	15,4	111	7,2
		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,3	0,1	13,5	57	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,2	0,8	15	77	0
Итого			593	12,4	14,7	59,8	431	15,1
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	39	0,4	0,1	1,5	10	9,8
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	1,1	0,6	5,5	32	0,1
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	50	7,7	7,8	4	119	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	1,8	1	7,2	49	5,5
2008	435	КЕФИР 2,5%	182	5,3	4,6	7,3	97	1,3
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	1,7	0,2	10,6	51	0
		ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	50	4,2	3,9	38,5	204	3,6
Итого			492	14,5	10,4	70,6	443	20,3
Всего				37,2	36,9	172,7	1187	36,4