

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
9 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,9	4,2	6,4	80	0,1
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	140	2,9	5,7	16,8	132	0,4
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	140	1,4	4,2	19,3	120	0
	TKN№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,1	9,4	67	0,4
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
Итого			350	9,4	12	32,6	279	0,9
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ 2,5%	175	5,6	4,7	10,2	105	1,2
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	150	0,6	0,6	14,7	70	15
Итого			175	5,6	4,7	10,2	105	1,2
Обед								
		ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	55	0,8	5,7	3,8	70	3,3
		СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ,СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/50	4,4	4,9	6,6	91	5,4
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30	14,3	9,1	2,4	169	10,8
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,6	3	22,8	134	0
	TKN№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,4	0,2	10,7	54	50
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,9	0,2	8,5	41	0
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,2	0,5	8,1	42	0
Итого			635	25,6	23,6	62,9	601	69,5
Полдник								
		СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ	48	7,9	3,9		67	0
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	13,1	8,8		133	0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	4,1	15,6	109	7,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			4,9	19	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,9	0,2	8,5	41	0
2008		ВАФЛИ	25	0,7	0,8	19,3	89	0
Итого			377	11,8	9	48,3	325	7,6
Всего				52,4	49,3	154	1310	79,2