

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

11 июля 2024 г.

Дети ясли

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	4,5	0,3	61	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	140	3,4	4,9	16	122	0,4
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	140	2,8	4,7	22	141	0
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,9	11,2	86	0,6
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,5	79	0
Итого			390	14	13,2	43	348	1
II Завтрак								
2008	442	СОК	150					0
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (аллергики)	150	0,1	0,1	7,4	31	1
Итого			150					0
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,4	3	3,6	44	1,3
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,2	6,3	6	99	8,4
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	2,1	5,4	6,4	83	0
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики)	60/25	10,7	7,8	4,9	133	2,1
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	130	2,3	5,7	12,2	114	8,5
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,7		11,3	49	0,2
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,4	0,2	8,5	41	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			601	13	21,4	60,9	496	18,4
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	2,2	5,1	15,6	118	0
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики)	125	14,4	13,6	13,9	148	7,1
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,5	1,2	3,3	26	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	182	5,4	4,7	8,9	101	1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			442	8,5	11,4	37,6	292	11,1
Всего				35,5	46	141,5	1136	30,5