

Утверждаю

Заведующий

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

## МЕНЮ

12 июля 2024 г.

### Дети сад

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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	4,1	5,7	18,2	133	0,1
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	180	3,5	7,8	23,7	187	0,7
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (аллергики)	180	2	8,5	23,8	178	0
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1	1,6	10,2	64	0,4
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,3		10,3	42	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>8,6</b>	<b>15,1</b>	<b>52,1</b>	<b>384</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
	54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	110	0,9	0,2	8,3	42	41,8
2008		ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	110	0,4	0,3	11,4	52	5,5
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,3</b>	<b>42</b>	<b>41,8</b>
<b>Обед</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51	0,6	0,1	1,9	12	12,8
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/9	3,9	5,3	9,8	106	4,8
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	15,7	16,2	33,4	343	15,8
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180			1,3	6	0,5
	ТК№039	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (аллергики)	180	0,1	0,1	8,1	34	0,4
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,7	0,2	14	48	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,9	1	21	81	0
<b>Итого</b>			<b>707</b>	<b>23,8</b>	<b>22,8</b>	<b>81,4</b>	<b>596</b>	<b>33,9</b>
<b>Полдник</b>								
	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,3	8,6	9,3	191	0,7
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,7	4,5	11,4	99	8,6
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	175					0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,7	0,2	14	48	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	8,4	7,1	30,3	219	0
<b>Итого</b>			<b>473</b>	<b>25,1</b>	<b>20,4</b>	<b>65</b>	<b>557</b>	<b>9,3</b>
<b>Всего</b>				<b>58,4</b>	<b>58,5</b>	<b>206,8</b>	<b>1579</b>	<b>86,2</b>