

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

15 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	1,7	0,6	25,3	111	8
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,7	6,2	16	136	0,4
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	155	3,4	4,8	25,4	158	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	10,8	75	0,5
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
Итого			380	8,2	9	52,1	322	8,9
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5%	151	4,4	3,8	6	80	1,1
	ТК №002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	148	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			151	4,4	3,8	6	80	1,1
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	3,2	4,1	48	1,9
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,9	4	20,6	139	2,8
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50			0,4	2	0,1
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	13,1	8,8		133	0
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,5	9,2	14,4	152	14,2
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,8		26,7	110	0,2
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,4	0,2	8,5	41	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			617	12,2	17,4	87,6	558	19,2
Полдник								
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	11,8	12	1,7	161	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,3	4	15,4	108	7,2
2008	437	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	150			17,8	71	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1	0,1	6,4	31	0
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	5
Итого			448	15,5	16,4	51,6	418	12,2
Всего				40,3	46,6	197,3	1378	41,4