

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
15 июля 2024 г.

Дети сад

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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	2,3	3,2	29,9	156	8,2
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	4,4	6,9	28,7	198	0,4
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	3,4	8,9	30,1	213	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,1	4,6	19,3	155	1
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,3		5,5	23	0
Итого			405	9,8	14,7	77,9	509	9,6
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5%	181	3,4	5,2	7,2	95	18
	ТК №002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	153	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			181	3,4	5,2	7,2	95	18
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	5,9	4,9	75	2,3
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	180/10	4,9	1,9	19,6	115	3,2
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	70			0,4	2	0,1
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	70	20,6	17,7	0,4	243	0,1
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,6	7,3	17,6	152	17
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,9		21,8	92	0,2
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,6	1,1	18	92	0
Итого			743	14,6	16,4	92,9	579	22,8
Полдник								
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	18,7	19,1	2,4	255	0,1
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,9	3,3	19,6	120	9,2
2008	437	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	180			10,7	43	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1	0,1	6,4	31	0
	ТК №002	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	5
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71	0
Итого			538	23,6	23,5	64,9	567	14,3
Всего				51,4	59,8	242,9	1750	64,7