

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

16 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	2,5	2,4	37	2,1
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	11,5	15,2	2	190	0,2
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,8	11,1	84	0,6
Итого			360	19,2	24,6	22,5	373	2,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150					0
Итого			150					0
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,8	7,4	6	94	3,9
2008	85	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ , ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/3	6	5,8	4,1	94	4,2
2008	312	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	75	0,5	4,9	10,4	92	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,5	3,4	22,2	134	0
2008	442	СОК	150					0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,4	0,2	8,5	41	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			600	14,1	22,5	64,1	521	8,1
Полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	1,9	1,5	8,1	58	5,5
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	181					0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,7	70	15
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	8	4,9	21	161	0
Итого			549	12,2	7,2	54,4	340	20,5
Всего				45,5	54,3	141	1234	31,5