

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
23 июля 2024 г.

Дети сад

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	6,7	6,4	16,9	153	0,1
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	175	4	6,3	24,5	172	0,4
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2	1,6	10,2	63	0,3
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,3		5,5	23	0
Итого			405	12,7	14,3	51,6	388	0,8
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ 2,5%	198	6,3	5,3	11,5	119	1,4
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	150	0,6	0,6	14,7	70	15
Итого			198	6,3	5,3	11,5	119	1,4
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	65	0,9	8	4,8	96	6
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ ,СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/8	1,6	3	9,1	74	7
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ (аллергики)	180/10/5	3,2	5,6	8,4	98	8,6
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/30	15,7	9,6	9,8	213	11,8
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	3,3	1,8	26,3	135	0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180		0,2	14,2	73	0,2
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,7	0,2	14	48	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	39	1,9	1	21	81	0
Итого			734	25,1	23,8	99,2	720	25
Полдник								
2013	521	СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ	77	13,2	6,6		112	0
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,3	11,6		176	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,5	4,4	24,4	151	11,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			11,8	48	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,7	0,2	14	48	0
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,6	121	0
Итого			464	20,6	14	71,8	480	11,9
Всего				64,7	57,4	234,1	1707	39,1