

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
24 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,5	2,9	24,9	112	2,1
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	0,5	1,6	9	29	1,8
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	7,2	19,4	2,5	225	0,2
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ (аллергии)	200/10	2,4	4,7	25,7	154	0
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	185	3,2	4,7	19,5	157	1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,3		7,1	29	0
Итого			410	12,4	28,6	55,9	523	5,1
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	183					0
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (аллергии)	180	0,1	0,1	8,3	36	1,4
Итого			183					0
Обед								
	015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	54		0,1	1,5	8	6
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/10/1	2,4	2	17,3	97	6,6
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	16,2	15,9	3,6	223	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,4	4,4	33,3	203	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	182			21,8	87	0
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (аллергии)	180	0,1	0,1	9,8	42	1,4
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1	0,1	8,4	29	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	32	1,9	1	21	81	0
Итого			683	28,9	23,5	106,9	728	13,2
Полдник								
2008	126	КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	150	3,8	5,7	6,4	93	44,6
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180			9,1	40	2,3
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,3		5,5	23	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,7	0,2	14	48	0
2008	467	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4	3,6	28	163	0,1
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	116	1,2	0,6	25,2	115	12
Итого			519	10,7	10,1	82,7	459	59
Всего				52	62,2	245,5	1710	77,3