

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

26 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	45	4,1	5,6	18	132	0,1
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	180	3,5	7,8	23,7	187	0,7
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА БЕЗМОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (аллергики)	180	1,9	5,7	20,6	141	0
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1	1,6	10,2	64	0,4
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,3		5,5	23	0
Итого			405	8,6	15	51,9	383	1,2
II Завтрак								
	54	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	99	0,9	0,2	8,3	42	41,8
2008		ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	111	0,4	0,3	11,4	52	5,6
Итого			99	0,9	0,2	8,3	42	41,8
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12	12,6
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/9	4,2	5,3	12,6	119	6,3
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	15,7	15,9	33,2	339	15,8
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180			1,3	6	0,5
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	180	0,1	0,1	8,7	37	0,9
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,2	14	48	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,9	1	21	81	0
Итого			705	24,1	22,5	84	605	35,2
Полдник								
	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,5	8,8	9,5	194	0,7
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,7	4,6	11,6	100	8,6
2008	435	РЯЖЕНКА 2,5%	154					0
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,2	14	48	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	8,5	7,2	31,6	225	0
Итого			451	25,4	20,8	66,7	567	9,3
Всего				59	58,5	210,9	1597	87,5